

コミュニティセンターから

貝取こぶし館☎1003172☎(389)4196

●七夕コンサート

日7月14日(日)午後1時～3時30分(0時30分開場)場ホール内地域の音楽愛好家が出演持ち物上履き

●福祉なんでも相談

日7月1日(月)午後1時30分～2時30分場調理室内福祉に関する総合相談とミニ講座

●元気チェック

日7月11日(木)午後1時30分～3時場ホール内介護予防体操と血圧・握力などの測定共催多摩市社会福祉協議会

健康だより

健康・栄養相談

栄養士・保健師が相談に応じます。日7月8日(月)・19日(金)午前9時10分・9時40分・10時10分・10時40分・11時定各10人(申し込み先着順)内健診結果の見方と相談。その他健康に関する

検診名	対象	実施日	金額	実施場所	内容
①胃がん検診(内視鏡)	50歳以上	8月1日(木)～9月30日(月)	2,500円	指定医療機関	問診、内視鏡検査
②肺がん検診	40歳以上	8月15日(木)・16日(金)・9月7日(土)	700円	健康センター	質問、胸部X線検査、喀痰細胞診検査(ハイリスク者のみ)

る相談も可**注意事項**健診結果があれば要持参。治療中の方は主治医に相談の上、要連絡☎1012092☎**問場**公式ホームページのインターネット手続きまたは電話で、健康推進課(健康センター)☎(376)9139へ

胃がん検診(内視鏡)・肺がん検診

日・場など下表の通り**注意事項**限られた財源の中でより精度の高い胃がん検診とするため、今年度からバリウム検査は廃止。対象は令和7年3月31日時点の年齢。令和5年度に①を受診した方は今年度①は受診不可。必要事項の記載がない場合や当日の体調などにより検診を受けられない場合あり。胃・肺の病気の治療中または経過観察中の方などは対象外の場合あり。肺がん検診は自分で立ってられない方・車いすの方は受診不可**備考**応募者多数の場合は抽選。結果は7月下旬ごろ郵送予定。はがきは1人1枚。①②の両方を申し込む場合も1枚。詳細は、公式ホームページ参照または要問い合わせ☎1002803☎**問場**6月20日(木)～7月1日

(月)必着の、公式ホームページのインターネット手続きまたははがきで、①は住所・氏名(ふりがな)・生年月日・性別・電話番号・生活保護を受給中の方は☎、高度難聴の方はその旨とファクシミリ番号を、②は①の項目に加え、検診希望日(第3希望まで)・50歳以上の方は喫煙指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)・アスベスト下での作業歴を記入し、〒206-0011関戸4-19-5健康推進課☎(3

76)9139・☎(371)1235へ

インターネットでの申し込みはこちらから▶



歯周病相談

日7月25日(木)午前9時20分～11時30分定7人(申し込み先着順)内歯科医師による診査・相談、歯科衛生士による個別指導☎1012097☎**問場**電話で、健康推進課(健康センター)☎(376)9139へ

蚊の発生防止にご協力ください

蚊が媒介する感染症の発生を未然に防ぐために、蚊の発生を抑制し、刺されないようにしましょう。不要なたまり水をなくし、幼虫を増やさないようにしましょう。

また、蚊に刺されないよう長袖・長ズボンの着用や、虫よけ剤を活用しましょう。

☎1002381☎環境政策課☎(338)6831

自分だけは大丈夫！と過信しないことが重要

～盛夏期に向けた熱中症対策～

- 対策1 適度な運動をしましょう
自身に合った適度な運動を繰り返し行うことで、汗をかきやすく、暑さに負けにくい体になります。暑さに慣れるまでは短時間の軽めの運動から始め、徐々に慣らしていきましょう。
- 対策2 水分を摂る習慣を身につけましょう
運動した時だけでなく、普段からこまめな水分補給を意識しましょう。

☎多摩消防署予防課防火査察係☎(375)0119

受診相談(救急相談、医療機関案内)

☎1002731

- ・消防庁救急相談センター(24時間) ☎#7119、☎042(521)2323
病院に行くか救急車を呼ぶか迷っている方はご連絡ください。相談医療チーム(医師、看護師、救急隊経験者など)が年中無休で対応します。
- ・子供の健康相談室 小児救急相談(東京都)☎#8000、☎03(5285)8898
日～金曜日の午後6時～翌朝8時(土・日曜日、祝日、年末年始の午前8時～翌朝8時)
- ・東京都医療機関案内サービス“ひまわり”(24時間) ☎03(5272)0303
- ・(厚生労働省・東京都)医療情報ネット
医療機関・薬局を検索することができます。医療情報ネットへのアクセスはこちら▶
- ・多摩消防署 救急病院案内(24時間) ☎042(375)0119

- 休日診療当番医(医科) ※当番医は、都合により変更の場合あり
急病人のみ。来院前に必ず要電話予約。必ず時間内のご連絡・ご来院を。
日午前9時～午後5時**持ち物**健康保険証、乳幼児医療証など

診療日	医療機関名	所在地	電話番号
6/23(日)	鈴木内科胃腸科	永山5-4-10	(371)2760
6/30(日)	多摩せいせき消化器内視鏡クリニック	関戸1-1-5 ザ・スクエア2階	(400)6580

- こども準夜診療所(健康センター内)=小児科
来院前に必ず電話でご連絡ください。
受付時間午後7時～9時45分☎(375)0909
- 休日歯科応急診療所(健康センター内)=歯科
来院前に必ず電話でご予約ください。
受付時間日曜日・祝日の午前9時～午後3時☎(376)8009

朝顔市

せいせき

夏の訪れを告げる風物詩として親しまれている農のイベントです。

日7月6日(土)・7日(日)午前8時～午後2時**場**聖蹟桜ヶ丘駅周辺**内**地元農家が丹精込めて育てた色鮮やかな朝顔(710鉢)や地元で収穫した旬の地場野菜、多摩中学校で採蜜したはちみつなどの販売、市内団体のブースの出店、友好都市長野県富士見町の物産展、せいせき観光案内など**主催**ふるさと多摩夏まつり実行委員会☎1015006☎市役所経済観光課☎(338)6848、東京南農協多摩支店☎(375)8211



第42回 ふるさと多摩夏まつり

朝顔市協力企画 IN 関戸公民館

場関戸公民館☎1014913☎当日直接会場へ☎関戸公民館☎(374)9711

イベント名	日時	場所	定員・出演など
アイスランド写真展	6/25(火)～30(日) 9:00～17:00(初日は13:00開場)	ギャラリー	内アイスランド風景写真・パネルなどの展示
ザ・ドロシース オールディーズ★ライブ(オールディーズナンバー)	7/6(土)14:00～16:00(13:30開場)	ヴィータホール	定200人(会場先着順)出演ザ・ドロシース内約40分のステージ2回備乳幼児などの親子室利用可
おもちゃ病院kebo	7/6(土) 10:00～15:00	市民ロビー	内おもちゃの無料修理備代替部品代の負担が必要になる場合あり。危険物は対象外
あさがお寄席	7/7(日)14:00～16:00(13:30開場)	大会議室	定60人(会場先着順)出演多摩落語寝床の会
津軽三味線二人会	7/7(日)12:30～13:15(12:00開場)	市民ロビー	定50人(会場先着順)内津軽三味線ライブ演奏出演澤田勝邦・近藤千晶