



これならできる!健康・栄養相談

7月6日(月)・28日(火)午前9時10分・9時40分・10時10分・10時40分・11時(相談は各回1時間程度)定員10人(申し込み先着順)健康診断結果の見方と相談。その他健康に関する相談も可。備考健康診断があれば要持参。治療中の方は主治医に相談の上、要連絡。ID1012092 甲斐川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

①胃がん検診(内視鏡)②肺がん検診

8月1日(土)~9月30日(水)②8月12日(水)、9月5日(土)定員①50歳以上②40歳以上備考費用・申し込み方法などの詳細は、たま広報4月20日号12面または公式ホームページ参照ID102803 甲斐川 6月19日(金)午前8時30分~30日(火)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郵送で、〒206-0011 関戸4-19-5 健康推進課☎(376)9139・FAX(371)1235へ

第2回多摩南部地域病院公開講座「膝関節痛の診断と治療~変形性膝関節症を中心に~」

7月18日(土)午前10時~11時(9時30分開場)会場多摩南部地域病院第2会議室(中沢2-1-2)定員40人(申し込み先着順)講師松本幹生氏(多摩南部地域病院整形外科医長)甲斐川・主催 6月20日(土)から、インターネット手続きで、多摩南部地域病院市民公開講座担当URLhttps://www.tmhp.jp/

tamanan/news/event\_news/tamashi-event0718.html ☎(338)5111 (平日午後1時~4時)へ

申し込みはこちら▶

夏に向けて気を付けよう!

●熱中症に注意しましょう!

熱中症とは、気温や湿度の高い環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体内に熱がこもってしまう状態です。

熱中症から身を守るために

- 暑さを避ける
こまめに水分・塩分補給をする
暑さに備えた体づくりをする
日頃から健康管理をする

備考詳細は、厚生労働省URLhttps://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou\_iryuu/kenkou/nettyuu/nettyuu\_taisaku/ 参照ID1014844 健康推進課☎(376)9111

●食中毒に気を付けましょう!

気温や湿度が上がると細菌が増えやすくなり、食中毒が発生する危険性が高まります。

食中毒予防の3原則

- 細菌を食べ物に「付けない」手洗い。器具の洗浄および消毒
食べ物に付着した細菌を「増やさない」適切な温度での保管。調理後は速やかに食べる
食べ物や調理器具に付着した細菌を「やっつける」加熱殺菌

備考詳細は、厚生労働省URLhttps://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\_iryuu/shokuhin/syokuchu/index.html 参照ID1014884 健康推進課☎(376)9139

受診相談(救急相談、医療機関案内)

ID1002731

- 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ています。
子供の健康相談室 小児救急相談(東京都)☎#8000、☎03(5285)8898
月~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 医療情報ネットへのアクセスはこちら▶
医療機関・薬局を検索することができます。
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。
午前9時~午後5時持ち物マイナ保険証、健康保険資格確認書、乳幼児医療証など

Table with 4 columns: 診療日, 医療機関名, 所在地, 電話番号. Rows include 6/21(日) 布施川医院, 6/28(日) あべ多摩センター内科, 7/5(日) 鈴木内科胃腸科.

- 子ども準夜診療所(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分原則、15歳以下☎(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~正午、午後1時~3時30分☎(376)8009

「令和8年大槌町林野火災義援金」にご協力をお願いします



市では、被災された方々を支援するため、8月20日(木)まで、公共施設の窓口に募金箱を設置します。お預かりした義援金は、被災都道府県が設置する義援金配分委員会へ全額送金します。また、義援金の募集については、被災都道府県の判断によるものであり、日本赤十字社はその判断に基づき、受け付けを実施しています。市民の皆さんの温かいご支援をお待ちしています。備考募金箱設置施設などの詳細は、公式ホームページ参照ID1020068 福祉総務課☎(338)6889

有料広告

※この広報紙に掲載されている有料広告は市の業務と直接関係ありません。内容は広告主にお問い合わせください

多摩市在住、60歳以上、おしごとをお探しの方へ

入会説明会 日程のご案内

7/9 木

予約制

《時間》9:30~11:30
《場所》多摩市桜ヶ丘4-40-1
《アクセス》京王線「聖蹟桜ヶ丘駅」より徒歩15分
バス「霞ヶ関橋」より徒歩4分

まずは資料請求から



TEL.042-371-3580

※7月入会ご希望の方は、7/2(木)までにお電話ください。土・日・祝日は、ホームページよりご予約ください。

公益社団法人 多摩市シルバー人材センター | 多摩市桜ヶ丘4-40-1

「たま広報」に広告を掲載してPRしませんか?

サービス・集客

広報紙広告ならではのメリット

エリアを越えた情報発信

地域での知名度向上

自治体発行の信頼度の高い広報媒体

他エリア自治体広告もお任せください!

株式会社ジチタイド 財源確保 信頼

お問い合わせ ☎092-716-1401 代

福岡県福岡市中央区薬院1-14-5 MG薬院ビル7F
※株式会社ホープの広告事業は、2021/12/1付で「株式会社ジチタイド」に社分化しております。