健　康

1～3月生まれの方への健（検）診の個別通知を10月末に発送

受診期間の最終月は予約が混み合うので、お早めにご予約ください。

【受診期間】 ※延長不可

生まれ月	受診期間	個別通知発送時期
4・5・6月	5～8月	4月末
7・8・9月	7～10月	6月末
10・11・12月	9～12月	8月末
1・2・3月	**11月～翌年2月**	**10月末**

【通知する健（検）診】 ※年齢は今年度末時点

対象者	健（検）診	問い合わせ
後期高齢者医療制度に加入している方・75歳の方	後期高齢者健診	保険年金課 後期高齢者医療係 ☎042－481－7148
調布市国民健康保険に加入している40～74歳の方	調布市国民健康保険特定健診	保険年金課 給付係 ☎050－1720－3706
35・40・45・50・55・60歳以上の方	対象者に合わせた健（検）診（各種がん検診・健康増進健診など）	健康推進課 ☎042－441－6100

※転入・新規加入した方は、受診券の申し込みが必要

がん相談サポート事業の10・11月の開設日

がん相談サポート事業HP

がん相談サポーター（看護師・社会福祉士）が、相談に応じて、情報提供や市のサービスの案内などを行います。

日10月22日㈫・26日㈯・29日㈫、11月2日㈯・5日㈫・9日㈯・12日㈫・16日㈯・19日㈫・26日㈫・30日㈯
時午前9時～午後6時
対がんの疑いがある・がんに罹患した市民とその家族など
費無料
申電話（0120－785－570）またはがん相談サポート事業HPからEメール
他サービス利用には市民専用の利用資格コード（275B）が必要。紹介するサービスは一部有料
問健康推進課☎042－441－6100

食事なんでも相談室（栄養相談）

日11月6日㈬・26日㈫
時①午後1時15分～1時45分②2時～2時30分③2時45分～3時15分
所文化会館たづくり西館保健センター1階
定各回申し込み順2人
他医療機関で治療中の方は要問い合わせ
申問電話で健康推進課☎042－441－6100

あなたの骨の健康度チェック

申し込みフォーム

日12月19日㈭午前9時15分～11時45分頃
所文化会館たづくり西館保健センター1階
対市内在住の18～64歳（昭和35年4月1日～平成19年3月31日生まれ）の女性（妊娠中の方、過去5年以内に骨密度検査を受診した方、骨粗しょう症と診断または現在治療中の方を除く）
内栄養・運動指導、レントゲンによる骨密度測定
定30人（多数抽選。結果は別途通知）
費無料
保未就学児（定6人。多数抽選）
申10月21日㈪午前9時～11月5日㈫午後5時に申し込みフォームから申し込み
他詳細は実施日の約10日前に封書で送付
問健康推進課☎042－441－6082

歯科矯正相談

日12月25日㈬午後
所文化会館たづくり西館保健センター2階
対3歳～中学生と保護者
定申し込み順4人
費無料
申問10月23日㈬午前9時から電話で健康推進課
☎042－441－6081

スポーツ

調和小プール11月の休館日

市HP

休館日／11日㈪・25日㈪
他詳細は市HPで要確認
問調和小プール受付☎042－485－5631
（スポーツ振興課）

スポーツ協会 ☎042－481－6221 専用HPあり
〒182－0011 深大寺北町2－1－65 総合体育館内

●調布市総合体育館に関するアンケート

アンケートフォーム

皆さんのニーズにあった施設となるよう実施します。

調査方法／アンケートフォームから11月15日㈮までに回答

●第22回調布フットサル大会

日12月15日㈰
所ミズノフットサルプラザ調布（西町290－3）
種目／ミックスの部（GKを含む6人制、小学生以上のメンバーで構成され、フィールドに女性または小学生の選手が常時1人以上いる事）・一般の部（GK含む5人制、15歳（中学生を除く）以上で構成されたチーム）
定各種目申し込み順15チーム
費1チーム1万3000円
申12月8日㈰までに申込書に記載のQRコードから申し込み、または電話でミズノフットサルプラザ調布
☎042－440－0945

●西調布体育館水曜卓球教室（全6回）

日11月6日～12月11日の毎週水曜日
時午前9時30分～11時30分
所西調布体育館
対市内在住・在勤・在学の15歳以上（中学生を除く）
定30人（多数抽選）
費3000円
申往復はがきに教室名、住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、10月30日㈬（必着）までに〒182－0016佐須町5－19－5内野ひとみ

総合体育館のプログラム

【11月の休館日】
休館日／11月18日㈪

【11月の当日申込プログラム】

①バドミントンスクール
日11月12日㈫・19日㈫・26日㈫
時午前9時45分～11時45分
定当日先着20人 費1回500円

②バレーボールスクール
日毎週水曜日 時午前9時30分～11時45分
定当日先着30人 費1回500円

③ビギナーズエアロ
日毎週火曜日 時午後1時45分～2時45分
定当日先着50人 費1回400円

④転倒予防のための体操
日毎週木曜日 時午後0時15分～1時30分
定当日先着50人 費1回400円

⑤ファットバーニングエアロビクス
日毎週金曜日 時午後7時～8時
定当日先着40人 費1回500円

⑥フィットボクシング60
日毎週土曜日 時午前9時20分～10時20分
定当日先着40人 費1回500円

⑦エンジョイアクア
日毎週火・金曜日 時午後2時30分～3時30分
定当日先着30人 費1回400円

⑧水中ウォーキング
日毎週月・水・木曜日（11月4日㈭・18日㈪を除く）
時午前9時20分～9時50分 定当日先着30人
費1回400円（減額あり）

⑨水中運動
日毎週水曜日 時午後2時～3時
定当日先着30人 費1回400円

⑩ヌードルトレーニング
日毎週金曜日 時午前9時10分～9時55分
定当日先着20人 費1回400円

⑪スイム練習会
日11月11日㈪・25日㈪ 時午後7時～8時
定当日先着30人 費1回400円

⑫中上級スイミングスクール
日毎週水曜日 時午後7時～8時30分
定当日先着30人 費1回500円

⑬サンデースイミングクール
日毎週日曜日 時午前10時～正午
定当日先着25人 費1回500円

①～⑬共に
対市内在住・在勤・在学の15歳以上（中学生を除く）
持①～⑥運動着、室内用シューズ、①のみラケット（貸し出しあり）、③のみヨガマット（バスタオル可・貸し出しあり）、⑦～⑬水泳帽子（⑬のみ不要（指導者が用意））、水着⑪～⑬ゴーグル

募　集

第11期「野川流域連絡会」委員

地域住民と行政が協働で地域に活きた親しめる川づくりを進めるため、意見交換の場として、野川流域連絡会を開催しています。

任期／2年間
対野川流域に在住・在勤（在学）の個人または流域で活動している市民団体で、年2回程度の全体会議と2カ月に1回程度のチーム別の活動に出席できる方
他報奨金・交通費支給なし
申問野川への思いや意見など「応募の動機について」の作文（800字程度）に住所・氏名・電話番号を明記（在勤・在学の方はその住所と電話番号も）し、11月29日㈮までに郵送または直接〒183－0006府中市緑町1－27－1東京都北多摩南部建設事務所工事第二課「野川流域連絡会」事務局・坂井☎042－330－1845※書類選考の上、令和7年1月上旬頃に郵送でお知らせ
（環境政策課）

刊行物へ掲載する有料広告

◎地域活動情報誌「じょいなす」
内地域で活動する市民活動団体の魅力紹介
規格／A3サイズ2つ折り、カラー
発行日／令和7年2月（予定）
発行数／13万5000部
掲載位置／4面下段
広告の規格／1枠：縦58.5ミリ、横60ミリ
広告掲載料／1枠3万円
広告原稿／広告主が作成
申問直接または郵送・Eメールで申込書（協働推進課（市役所8階）で配布、または市HPから印刷可）と広告原稿を、11月29日㈮（必着）までに〒182－8511市役所協働推進課☎042－481－7036
Ekomyuni@city.chofu.lg.jp

●特殊詐欺にご注意ください 市内では依然として還付金詐欺が多発しています。怪しいと思ったら、すぐ110番か調布警察署（☎042－488－0110）へ通報してください。
令和6年調布市内の特殊詐欺被害状況（9月末時点、暫定値） **被害件数**／40件（前年同時期比1件減） **被害金額**／約1億3292万円（前年同時期比約1175万円減）
（総合防災安全課）