

住まい・街づくり・環境

東京外かく環状道路のオープンハウス

国土交通省などが、東京外環の現在の状況について説明します。

日 6月17日(土)午後3時30分～5時30分
市立滝坂小学校 市内在住者 当日直接会場へ
ネクスコ東日本 東京外環工事事務所
0120-861-305 (外環担当)

健康

乳がん検診

【市内検診機関】

Table with 3 columns: 実施場所, 検診日, 申し込み先. Includes 調布病院, 飯野病院, 調布東山病院.

※6月12日までの申し込みは7～8月、13日以降の申し込みは8～9月の受診。検診日は祝日を除く

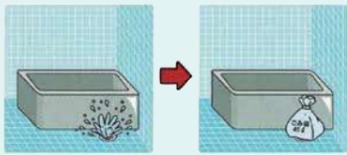
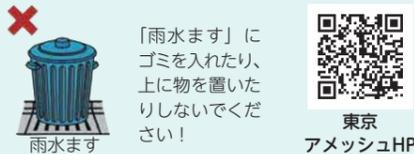
【市外検診機関】

Table with 3 columns: 実施場所, 検診日, 定員. Includes 公財 東京都予防医学協会.

日 1～3 昭和59年3月31日以前に生まれた女性 4 受診日に50歳以上の女性
問診、視触診、マンモグラフィー
費 1500円 (検査時持参) ※生活保護受給世帯または中国残留邦人等支援給付世帯は受給証明書の提示で免除
受診できない方 / 1 令和4年4月以降の市の乳がん検診受診者 2 乳腺科治療中または経過観察中 3 妊娠中(可能性あり含む) 4 授乳中 5 心臓ペースメーカー、豊胸手術など乳房内に人工物がある方
電話またはFAX (1 3のみ) で住所、氏名、生年月日、年齢、電話番号、検診希望日 (FAXの場合のみ第3希望まで) を各医療機関へ 4 6月5日(月)午前9時から電

6月は浸水対策強化月間
～浸水に備えよう～

道路にある雨水ますや側溝は雨水の入口です。浸水を未然に防ぐため、雨水ますや側溝にごみを入れたり、物を置かないようにしましょう。



浸水対策強化月間/東京都下水道局流域下水道本部 042-527-4828
そのほかの下水道事業/下水道課 481-7228

話で健康推進課
健康推進課 441-6100

肺がん検診



日 11月の指定日(計10回) ※変更可
所 文化会館たづくり西館保健センター1階
日 令和6年3月31日(日)時点で40歳以上の市民(肺疾患で受診中の方を除く) ※受診可能な方には受診券を9月下旬に郵送
内 胸部レントゲン検査。50歳以上で喫煙指数が600以上の方のみ喀痰細胞診も併せて実施
定 申し込み順1000人 費 無料 申 はがき(1人1通)
に 下記①～⑧を明記し、7月7日(金)(必着)までに〒182-0026小島町2-33-1文化会館たづくり西館保健センターへ郵送または持参。電子申請も可

【はがき(裏面)記入例】
※各項目名は、記号記入(①～⑧、(ア)イ)で可
①氏名(ふりがな) ②性別 ③生年月日 ④年齢 ⑤住所
⑥電話番号
⑦現在の喫煙(あり・なし) ※50歳以上でありの方は
(ア)一日に何本吸いますか? ()本
(イ)合計何年間吸っていますか? ()年
⑧過去の喫煙(あり・なし)
※50歳以上でありの方は
(ア)一日に何本吸っていましたか? ()本
(イ)合計何年間吸っていましたか? ()年
他 子ども同伴不可
健康推進課 441-6082

子宮頸がん啓発キャンペーン
～自分の体は自分で守ろう～



市では、20歳以上の女性を対象に子宮頸がん検診を行っています。この機会に子宮頸がん検診に行ってみませんか。
◎啓発グッズの配付
日 6月20日(火)午後1時～2時
所 調布駅前広場(雨天時は調布駅コンコース内)
他 詳細は市HP参照
健康推進課 441-6082

あなたの骨の健康度チェック



日 7月28日(金) 所 文化会館たづくり西館保健センター1階
日 市内在住の18～64歳(昭和34年4月1日～平成18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されたことがある方、現在治療中の方を除く)
内 レントゲンによる骨密度測定、生活習慣・運動・食事に関する指導
定 申し込み順30人
費 無料 未就学児(同申し込み順6人)
申 日 6月6日(火)午前9時～30日(金)午後5時に電話で健康推進課 441-6082または申し込みフォームから申し込み

スポーツ

ミズノフットサルプラザ調布
市民優先使用抽選(8月分)

日 5日(土)午後1時～3時、12日(土)午後7時～9時、19日(土)午後5時～7時、26日(土)午前10時～正午
日 市内在住・在勤・在学の5人以上の団体 ※代表者は15歳以上(中学生を除く) 費 1万6907円
日 往復はがきに第1・第2希望日、団体名、代表者の住所、氏名、年齢、電話番号、メンバーの氏名を明記し、6月30日(金)(消印有効)までにスポーツ振興課「MFP調布8月分」係 481-7496(多数抽選)

調和小プール
個人使用区分追加



新たに1時間15分の個人使用区分を追加します。使

用料は以下の通りです。
日 7月1日(土)～
他 詳細は市HP参照
使用区分 1時間15分 2時間30分
使用料 大人 200円 400円
子ども 70円 150円

健康推進課 481-7496
スポーツ協会 481-6221 専用HPあり
〒182-0011 深大寺北町2-1-65 総合体育館内

●調布市スポーツ協会 事前申込プログラム
A 背骨コンディショニング(全7回)
日 1クラス:午前9時15分～10時15分 2クラス:10時30分～11時30分 定 各10人(多数抽選)
B ストレッチポールエクササイズ(全7回)
日 午後1時～2時 定 10人(多数抽選)
C 体幹バランス(全7回)
日 午後1時15分～2時30分 定 30人(多数抽選)
D はじめてリズム(全7回)
日 午後2時45分～3時45分 定 40人(多数抽選)
E ピラティススクール(全7回)
日 午後4時30分～5時30分 定 20人(多数抽選)
A～E 共に
日 ①7月10日(月)②24日(月)③31日(月)④8月14日(月)⑤28日(月)⑥9月11日(月)⑦25日(月) 費 A/E 3500円 B/C/D 2800円
F シェイプアップバランスボール(全12回)
日 午後0時15分～1時15分 定 30人(多数抽選)
G グループパーソナルトレーニング(全12回)
日 午後2時30分～3時30分 定 4人(多数抽選)
H 体幹強化トレーニング(全12回)
日 午後3時～4時 定 10人(多数抽選)
F～H 共に
日 7月11日～9月26日の毎週火曜日 費 4800円
I お目覚めストレッチ(全12回)
日 午前10時30分～11時30分 定 6人(多数抽選)
J チェアエクササイズ(全12回)
日 午後0時15分～1時30分 定 50人(多数抽選)
K にこにこ体操(全12回)
日 午後1時45分～2時45分 定 40人(多数抽選)
L ナイトヨガスクール(全12回)
日 1クラス:午後6時～7時 2クラス:7時20分～8時20分 定 各クラス30人(多数抽選)
I～L 共に
日 7月12日～9月27日の毎週水曜日 費 4800円
M ビギナーズエアロ(全12回)
日 7月13日～9月28日の毎週木曜日 日 午後1時45分～2時45分 定 40人(多数抽選) 費 4800円
N リラックスコンテンポラリーダンス(全6回)
日 午後6時25分～7時25分
O ボディメイクジャズダンス(全6回)
日 午後7時40分～8時40分
N/O 共に
日 7月13日～8月17日の毎週木曜日
定 20人(多数抽選) 費 2400円
P ヘルシーウォーキング(全11回)
日 午後1時～2時10分 定 25人(多数抽選)
Q ボールトレーニング(全11回)
日 午後3時～4時30分 定 40人(多数抽選)
P/Q 共に
日 7月14日～9月29日の毎週金曜日(8月11日(祝)を除く) 費 4400円
A～Q 共に
所 総合体育館
日 市内在住・在勤・在学の15歳以上(中学生を除く)
他 持ち物はスポーツ協会HPまたは返信はがきで要確認
申 日 6月15日(木)(必着)までにスポーツ協会HPから申し込み、または、往復はがき(1枚1教室)にスクール名(A/Lは希望時間)、住所、氏名(ふりがな)、(西暦で)生年月日、年齢、性別、電話番号を明記し、スポーツ協会(連記不可)
抽選結果発表日/6月23日(金)
日 スポーツ協会