

# 令和5年度人間ドック・脳ドック申し込み開始

→健康推進課 ☎(042) 321-1801

検査名	人間ドック 定各日若干名	脳ドック 定各日若干名
対象者	予約～受診日に市内在住で住民基本台帳に記載されている、受診時に30歳以上の方 ※人間ドックは、令和5年度中に市の30歳代・特定・後期高齢者医療・一般健康診査、胃がん検診を受診する方を除く	
自己負担金	20,000円 ※市の国民健康保険・後期高齢者医療制度加入者は、受診後に5,000円の助成あり※別途手続きが必要	15,000円
検査内容	問診・聴診・計測・視力・血圧・聴力・血液・尿・便潜血(2日法)・眼底・腹部・肺機能検査・胸部エックス線・負荷心電図、胃透視(バリウム)または内視鏡(胃カメラ)、腫瘍マーカー(男性=PSA、女性=CA125)など ※医療機関によって検査方法が一部異なります/感染症対策のため、肺機能検査は延期または中止する場合があります	脳検査 (MRI(磁気共鳴断層撮影)検査など) ※心臓ペースメーカーを入れている方など、受診できない場合があります。詳しくは予約時に相談または国分寺病院 ☎https://kh.yokukoukai.net/脳ドックで
実施医療機関	国分寺内科中央病院 東元町2-3-19 ☎(042) 322-0131 ☎月～水・金曜日9:00～17:00、木・土曜日9:00～12:00	国分寺病院 東恋ヶ窪4-2-2 ☎(042) 322-0125 ☎月～土曜日9:00～17:00
実施日	4月17日(月)～令和6年2月28日(水)の月・水曜日	4月15日(土)～令和6年2月29日(木)
予約	3月16日(木)～令和6年1月31日(水)に、電話で希望する実施医療機関へ※先着順。人間ドックは、胃透視または内視鏡を選択。希望に沿えない場合あり	
申請・支払い	4月3日(月)～受診日を含めた15日前までに、自己負担金・健康保険証をお持ちのうえ、受診申請と自己負担金の支払いを健康推進課(いずみプラザ)へ 〔例＝受診日が4月17日(月)の場合、4月3日(月)までに申請・支払い〕 ※変更・キャンセルは、受診日を含めた10日前までに医療機関へ。それ以降はキャンセル料がかかります	

学ぶ楽しむ参加する

会員登録

凡例 日時 場所 会場 対象

内容 講師 定員

費用 申込方法

物持ち物 問い合わせ先

HP ホームページ

検索 ページ番号 検索

ファクス

メール 託託あり

主催 共催 注意事項

## 学ぶ楽しむ 参加する

### ■春苗市

市内で生産された鉢花・野菜(こくベジ)を販売します。

☎4月2日(日)9:00～12:00 場 国分寺駅南口※当日直接会場へ ☎国分寺市鉢物研究会・国分寺産直会/→JA東京むさし国分寺支店 ☎(042) 324-2116

### ■多摩の自然を楽しく学ぶ会 春の野川公園へ

☎4月11日(火)9:30～15:30※小雨決行場 西武多摩川線多磨駅改札口前(集合)→都立野川公園 定30人※先着順 ¥1,000円 ☎3月28日(火)までに住所・氏名・年齢・携帯電話番号・メールアドレス(任意)を明記し ☎ta\_tomi102@yahoo.co.jp・ファクスまたはハガキ(必着)で ☎185-0014 東恋ヶ窪4-15-8-404 富村隆子へ 物 筆記用具・飲み物・弁当・雨具・帽子・保険証・

敷物など ☎歩きやすい服装で参加/→富村 ☎& ☎(042) 315-2493

### ■東京おこめクーポン事業

都は、低所得世帯の生活を支援するため、食品と引き換えられるクーポンを対象世帯に配付します。

☎電力・ガス・食品等価格高騰緊急支援給付金の対象世帯 ☎詳しくは都HPをご覧ください/→東京おこめクーポン事業コールセンター ☎(03) 5249-3553 (9:00～18:00※土日祝日を含む)

## 市民掲示板

### ●サッカー体験会

☎3月18日・4月15日(土)10:00～11:00 場 フットサルパライズ 国分寺屋上(本多2-13) ☎6～9歳 ☎参加希望日の前日までに ☎info@fc-ambition.comで/→NPO法人FCアンビション ☎(090) 8845-0522

### ●第18回定期公演ミュージカル「ふしぎの国のアリス」

毎年恒例の年長から中学生までの児童合唱・ダンス・ミュージカルをお楽しみください。

☎4月1日(土)14:30～・18:30～(開場＝各30分前) 場 いずみホール 定各300人※先着順 ¥1,500円※中学生以下1,000円 ☎3月16日(木)から電話で/→国分寺・ジュニア・ミュージックシアター ☎(080) 5430-9204

### ●健康マージャン女性初心者講座(計3回)

NPO法人の認定レッスンプログラムが優しく指導します。経験者は別コースあり。  
☎4月11日・18日、5月2日(火)9:30～11:30 場 セミナールーム(cocobunji WEST5階) 定16人※先着順 ¥4,000円 ☎3月16日(木)から電話で/→国分寺いきいき健康麻将・原 ☎(042) 207-0693

### ●市民釣りの集い(シロギス釣り)

☎4月16日(日)6:05～ 場 東京湾木更

津沖(集合＝JR国分寺駅) ☎小学4年生以上の市内在住・在勤・在学・在活の方※小学生は要保護者同伴 定10人※先着順 ¥男性10,000円、女性9,000円、高校生以下8,000円※交通費別 ☎3月16日(木)から ☎shinsuke1951@gmail.comまたは電話で/→市釣連盟・引地 ☎(090) 9014-4559

### ●市シニアオープンゴルフ大会

☎5月12日(金) 場 東京バーディクラブ(青梅市小曾木5-2943) ☎都内在住で60歳以上の方 ☎新ペリア方式・18ホールストロークプレー。男性・女性の部 定64人(16組)※先着順 ¥3,000円※別途プレー代など実費 ☎3月16日(木)～31日(金)に市ゴルフ協会 ☎http://kcga.sunnyday.jp/・☎kcga2010@ybb.ne.jpまたは ☎(042) 324-2028で ☎市体育協会・(公財)都体育協会・都 ☎表彰式あり/→市ゴルフ協会 ☎(090) 6476-0280

## 会員登録

○「市民掲示板」「会員登録」の各サークルの活動・掲載内容の確認、トラブルの解決は当事者間をお願いします  
○見学・無料体験ができます(日時・会場は施設の予約が取れない場合があるため、目安になります)

サークル名	日時	会場	入会金	会費	問い合わせ	備考
楽楽クラブ(水泳)	毎週水曜日 9:30～11:30	市民室内プール	1,000円	月2,500円	長田 ☎(090) 5588-1781	気楽に楽しく泳ぎましょう。初心者歓迎。中高年対象。まずは無料体験へお越しください
ボーイスカウト国分寺第1団	毎週日曜日 9:30～12:00	武蔵国分寺境内ほか	5,000円	月3,000円程度	熊谷 ☎kokubunji1@tokyo.scout.jp	新小学1～3年生各10人・他の学年の小中学生も募集しています
自立生活体操クラブ・多喜窪B	毎週木曜日 10:45～11:45	多喜窪公会堂	500円	月1,500円	灘家 ☎(042) 326-1475	有酸素運動やいすを使った筋力トレーニングで健康寿命を延ばします
国分寺市釣連盟	月2回海釣り＝主に月曜日または日曜日 川釣り＝主に水曜日	東京湾沖と溪流管理釣場	なし	年5,000円 ※別途保険代	引地 ☎(090) 9014-4559	女性、60歳以上の方歓迎。初心者には丁寧に指導。釣った魚はおいしいよ
太極拳L(エル)の会	原則毎週金曜日 10:00～11:30 (月4回)	リオンホール	なし	月2,500円	宇野 ☎(090) 3342-6948	初心者歓迎。無理をしない、競わない。心と身体に優しいLの会です
ボーイスカウト国分寺第2団	月2回 日曜日午前中	市内公園・福祉センター	3,000円	月2,250円 ※学年により異なる	大井 ☎(070) 2645-4996	小学以上 詳しくは ☎http://bskoku2.stars.ne.jp/で
トリム体操・トリム21	毎週火曜日 14:00～16:00	市民スポーツセンター	1,000円	月2,000円	蓬来 ☎(090) 1660-8801	誰でもできるストレッチと筋力トレーニングを明日の自分のために始めてみませんか

○「市民掲示板」「会員登録」の掲載申し込み用紙は市政戦略室広報担当(内409)で配布。市HP ☎検索 1004721(市民掲示板)・1004720(会員登録)からダウンロード可。掲載申し込み締め切りは掲載希望号の1か月前です

○「会員登録」の掲載は、原則、公民館を除く市内の公的・公共会場のものに限りです