

健康

乳がん検診

【市内検診機関】 ※12日までの申し込みは翌月、13日以降の申し込みは翌々月の受診

Table with 3 columns: 実施場所, 検診日, 申し込み方法. Includes locations like 調布東山病院, 調布病院, つつじヶ丘 神代クリニック, 飯野病院.

昭和56年3月31日以前に生まれた女性
問診、視触診、マンモグラフィー
費1500円(検査時持参)
受診できない方①平成31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生理直前、生理中④妊娠中(可能性あり含む)⑤授乳中⑥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(①②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
健康推進課☎441-6100

7月28日(火)は世界肝炎デー

世界肝炎デーは、ウイルス性肝炎のまん延防止と、患者・感染者への差別・偏見の解消や感染予防の推進のために、世界保健機関(WHO)が定めた日です。
ウイルス性肝炎は、自覚症状がないことが多いため、適切な時期に治療を受ける機会を逃し、本人が気付かないうちに肝硬変や肝がんへ移行してしまうこともあります。

過去に一度も市の肝炎ウイルス検診を受けたことがない方は肝炎ウイルス検診を受けましょう。
39歳以下の方/東京都保健所へ申し込み
多摩府中保健所☎042-362-2334
40歳の方/個別に受診券を発送。申し込み不要
41歳以上の方/健康推進課へ申し込み
費無料 健康推進課☎441-6100

スポーツ

体育協会 ☎481-6221 専用あり
〒182-0011 深大寺北町2-1-65 総合体育館内

動画配信「自宅でできるかんたんエクササイズ」
体育協会で自宅でできるエクササイズの動画を配信しています。ぜひご活用ください。



「自宅でできるリフレッシュ体操」ライブ配信
リフレッシュ体操スクールで指導をしている講師が2種類のエクササイズを配信します。配信は体育協会から見られます。
かんたん筋力トレーニング: 7月16日(木)、8月6日(木)・20日(木)
リズム体操: 7月9日(木)・30日(木)、8月13日(木)・27日(木)
午前10時~
過去の動画も掲載。詳細は体育協会参照(右記2次元コードからアクセス可)
体育協会



募集

庁用封筒の有料広告主

市では、郵便などに使用する庁内共通封筒の広告主を募集しています。
広告の掲載方法/①角2と②長3封筒の裏面に単色刷りで同一広告を掲載(片方のみの掲載不可)
広告の規格(1枠当たり)/①縦54ミリ×横129ミリ②縦44ミリ×横108ミリ※掲載4枠の場合。枠数によって規格は異なる
広告掲載料(1枠当たり)/①7万枚: 3万8000円②20万枚: 3万7000円
募集枠/最大4枠
申込書(総務課(市役所4階)で7月6日(月)から配布または市から印刷可)に必要事項を記入し、広告の原稿を添えて、7月6日(月)~16日(木)に総務課☎481-7341へ持参

東京都子育て支援員研修

新宿、飯田橋、立川など
都内在住・在勤の方
①地域保育コース②地域子育て支援コース③放課後児童コース④社会的養護コース
申込書(子ども政策課(市役所3階)で配布、または市から印刷可)を7月15日(水)(必着)までに書留で郵送
9月から順次開始。詳細は、募集要項または下記参照
東京都福祉保健局少子社会対策部計画課☎03-5320-4121、①(公財)東京都福祉保健財団☎03-3344-8533・②③④(株)東京リーガルマインド☎03-5913-6225・⑤「東京リーガルマインド」(子ども政策課)

生活ひとくちメモ

子どものオンラインゲームのトラブルに注意

【相談事例】

小学生の息子が、母親のスマートフォンでオンラインゲームをしていた。後日クレジットカード会社から身に覚えのない15万円の請求があったので、息子に確認すると、「ゲーム内の有料アイテムが欲しくなったので、購入するというボタンをタップした。」と言われた。ゲームに登録した際に設定したクレジットカード情報を使って勝手に決済してしまったようだ。クレジットカード会社にキャンセルできないか相談したら、請求元のゲーム販売会社に相談するよう言われた。

【アドバイス】

◆この事例では、小学生の息子が課金してしまった事をゲーム販売会社に伝えて相談するよう助言しました。後日、「今回に限って請求を取り下げると回答され解決した。」と相談者から報告がありました。
◆子どもがクレジットカードやキャリア決済、電子マネーなどでゲームの課金をしてしまった場合、必

ずしもキャンセルしてもらえないとは限りません。管理責任を問われ返金に応じてもらえないこともあります。決済手段の管理には十分注意しましょう。
◆インターネットに接続できる機器を子どもが使用する場合は、保護者が子どもの使用する機器を管理するペアレンタルコントロールや、不適切なサイトやアプリをブロックするフィルタリングを活用しましょう。
◆普段から家族でインターネットの使い方についてルールを決め、子どもの理解力にあわせて十分に話し合っておくようにしましょう。

調布市消費生活センター(市役所3階)
☎481-7034
電話相談/平日午前9時~正午・午後1時~3時30分、第2土曜日午前9時~正午
来所相談(予約制)/平日午前9時~正午・午後1時~3時※できるだけ電話相談をご利用ください

みんなでなくそう特殊詐欺

このような電話は詐欺の電話です

- 警察官を名乗る者から
捕まえた犯人の所持品から、あなたの名前や住所が書かれた名簿が見つかった
●大手百貨店を名乗る者から
あなたのクレジットカードで買い物をしている人がいます。心当たりはありますか
●市役所や銀行の職員を名乗る者から
新型コロナウイルスに関する給付手続きを代行しています。銀行口座や暗証番号を教えてください

- 詐欺の被害にあわないために
●おかしいと思ったら、すぐに電話を切って調布警察まで通報をお願いします
●自宅にいても留守番電話に設定して電話に出ないようにしましょう
●お金の話が出たら、それは詐欺です
調布警察署生活安全課☎488-0110
総合防災安全課☎481-7547

