

うつ病を知ろう

うつ病のサインと治療・周囲の対応について

「夜眠れない。焦ってばかりで仕事に手につかない。でも医者に行くほどでもない。」という方はいませんか。今回は、「うつ病じゃない」と思っている方、家族や職場の方に向けて、うつ病とそのサインをわかりやすく解説します。

日 時 11月28日(水)午後2時～4時

会 場 保健センター

対 象 市内在住・在勤の方
定 員 40人(先着順)

※保育はありません。

講 師 田島 治さん(杏林大学保健学部教授)

申込み 10月16日(火)から電話で保健センターへ

基本健康診査(肝炎ウイルス検査)・大腸がん検診・

成人歯科健康診査 実施中

実施期間 10月31日(水)まで

対 象 平成19年6月1日現在、65歳以上の市民の方
※詳しくは、広報はむら9月1日号をご覧ください。

子宮がん検診 実施中

実施期間 11月30日(金)まで

対 象 平成19年4月1日現在、20歳以上で市内在住の昨年度未受診の女性の方

費 用 無料

申込み 11月22日(木)までに、直接保健センターへ

※電話での申込みはできません。

乳がん検診 実施中

日 程 12月28日(金)までの指定日(土・日曜日、祝日除く)

対 象 平成19年4月1日現在、40歳以上で市内在住の昨年度未受診の女性の方

定 員 1日2～10人(先着順)

費 用 40歳代の方…1,700円、50歳以上の方…1,600円

申込み 直接保健センターへ

※電話での申込みはできません。

募集しています

▼ビーズアクセサリーサークル

初心者対象です。教材の色も選べ、1回で1作品を製作します。第4木曜日午前9時30分～11時30分※都合がつかない場合は振り替え制度があります。／スポーツセンター／月額500円、材料費1200円程度。半期運営費500円／持ち物：はさみ・浅いトレイ・ポンド・まち針／☎0248-32-7716 鹿島

▼書道サークル ひまわり

かきかた・ペン・筆ペン・毛筆を楽しく学びませんか。初心者歓迎。

土曜日(月3回)午前9時30分～正午※無料体験10月21日(日)／ゆとろぎ／月額2子ども2500円・大人3000円、入会金1000円／☎0428-211-7220 山崎(午後4時以降)

▼羽村太極拳グループ
健康は自分でつくるもの、守るもの。見学大歓迎。

毎週土曜日(祝日を除く)午後2時～3時30分／スポーツセンター／対象：小学生以上／月額3000円、入会金2000円／講師：窪田潤／☎090

1122-4128 遠藤

▼日輪ヨーガサークル

身体を動かすことが好きな方、一緒にヨーガをしませんか。無理をせず自分のペースでできます。見学できます。初心者大歓迎。

火曜日(月4回)午前10時～11時30分／コミュニティセンター／対象：女性の方／月額2500円、運営費500円／講師：広瀬由美子／☎554-5112 谷津

▼詩吟の会(社)日本詩吟学院

始めてみませんか?撰つてみませんか?心に栄養を!見学できます。

毎週木曜日午後1時～3時30分／五ノ神会館／講師：原島岳庸(師範)／☎552-3414 木村http://www.t-net.ne.jp/~younginkai

▼羽村映画クラブ

映画の好きな方を募集します。年齢・性別は問いません。映画機操作も親切に教えます。

日曜日(月1回)午前9時30分～11時30分／ゆとろぎ／☎55-3875 高橋

▼羽村市さわやかダンスサークル(社交ダンス)

一緒に楽しくダンスを踊りましょう。親切に指導します。水曜日(月3回)午前9時45分～

11時15分／産業福祉センター／対象：2年以上の経験者で男性の方／月額2000円、入会金1000円／指導：木下典子／☎554-5734 佐藤

▼初心者手品教室

年末年始はあなたが主役。11月9日(金)・23日(金)・30日(金)午後7時～8時30分／福祉センター／対象：初心者(大人)／定員20人(先着順)／参加費：無料、材料費3000円／講師：浅井精治(日本奇術協会師範)／申込み：10月25日(木)までに、羽村マジッククラブ鶴岡へ

☎558-6844 FAX558-1635 ☒kyoko26n@yahoo.co.jp

▼国家試験免除 第3級アマチュア無線技士養成課程講習会

1日で簡単に3級免許を取得できます。

11月25日(日)午前9時30分～午後7時5分(法規・モルルス・無線工学・修了試験)／スポーツセンター／対象：4級免許取得者／定員：54人／受講料：1万2750円(教材費・免許申請費含む)／主催：(財)日本アマチュア無線振興協会／申込み：11月19日(月)までに、羽村ARCハムラブズ秋吉へ

☎55-7058 (昼間)



どうぶつ公園の仲間たち

リスザルも仲間入り!



前回のニホンザルに続いて、リスザルにも新しい命が誕生しました。8月31日(金)にポリビアリスザルが、9月11日(火)にコモンリスザルがそれぞれ産まれました。

今は母親の背中にしがみつながら生活しています。見るものすべてが不思議に映るようで、クリクリ目玉がさらに大きくなった表情はとてもかわいいです。



ぜひ、皆さんもリスザルたちに会いに来てください。

10月の休日診療

[休日] 栄町診療所	☎ 555-8233
10月21日(日) [準夜] 福生市保健センター	☎ 552-0099
[歯科] 平三歯科医院	☎ 554-0066
[休日] 山川医院	☎ 554-3111
10月28日(日) [準夜] 福生市保健センター	☎ 552-0099
[歯科] 本田歯科医院	☎ 554-5902

[休日] [歯科] ... 午前9時~午後5時
 [準夜] ... 午後5時~10時
 ※各医院によって受付時間が異なる場合があります。
 注意してください。

問合せ 保健センター

問合せ 動物公園

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
市土・日開庁 14	☐ [休] 臨時休館日	☒ [休] 館内整理日 ☐ お好み講座 (民踊) 午後0時30分~	☒ スポーツの日 (バドミントン) 午後3時受付	☐ お好み講座 (華道) 午前10時~ ☒ こぐまひろば 午前11時~	☐ お好み講座 (碁・将棋・俳句) 午前10時~ ☒ あそびのポケット 午前11時~	市土・日開庁 20 ☒ チャリティーフリーマーケット 午前9時~ ☒ 小学生向けおはなし会 午前11時~
市土・日開庁 21 ☒ チャリティーフリーマーケット 午前9時~/紙飛行機教室 午後1時30分~	22	☒ あそびのポケット 午前11時~ ☐ お好み講座 (民踊) 午後0時30分~	☒ スポーツの日 (ビーチバレー) 午後3時受付	☒ あそびのポケット 午前11時~ ☒ こぐまひろば 午前11時~	26 ☐ お好み講座 (碁・将棋) 午前10時~	市土・日開庁 27
市土・日開庁 28	29	☐ お好み講座 (民踊) 午後0時30分~	☒ スポーツの日 (なわとび) 午後3時受付	■■■ 第38回羽村市文化祭 ■■■ 展示 ○ 展示1期: 10月17日(水)~21日(日) ○ 展示2期: 10月24日(水)~28日(日) ○ 展示3期: 10月31日(水)~11月4日(日) ホール発表 ○ 音楽部門: 10月27日(土)・28日(日) ○ 芸能部門: 11月3日(土)・4日(日) ○ 舞踊部門: 11月24日(土)・25日(日) 会場 ゆとろぎ		
30	31					

- | | | |
|-----------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|
| 市 市役所 (土・日) ☎ 555-1111 | ☐ コミュニティセンター ☎ 554-8584 | ☒ 中央児童館 (金) ☎ 554-4552 |
| 羽村駅西口連絡所 (土・日) ☎ 554-8320 | 福 福祉センター ☎ 554-0304 | 西 西児童館 (火) ☎ 554-7578 |
| 三矢会館連絡所 (土・日) ☎ 554-8214 | い いこいの里 (月の最終日曜日) ☎ 578-0678 | 東 東児童館 (月) ☎ 570-7751 |
| 小作台連絡所 (土・日) ☎ 554-9656 | 介 地域包括支援センター | 産 産業福祉センター (月) ☎ 570-0144 |
| 生涯学習センターゆとろぎ (月) ☎ 570-0707 | 市役所内 (土・日) ☎ 579-7785 | リ リサイクルセンター (土・日) ☎ 578-1211 |
| 図書館 (月) ☎ 554-2280 | 地域包括支援センター相談連絡所 | 消 消費生活センター (土・日) ☎ 555-1111 |
| スポーツセンター (月) ☎ 555-0033 | いこいの里 ☎ 579-0151 | 区 羽村駅西口土地区画整理事務所 (土・日) ☎ 570-7474 |
| スイミングセンター (月) ☎ 579-3210 | 羽村園 ☎ 555-8815 | 農 農産物直売所 ☎ 579-5467 |
| 弓道場 (月) ☎ 555-9255 | 保健センター (土・日) ☎ 555-1111 | 動 動物公園 (月) ☎ 579-4041 |
| 郷土博物館 (月) ☎ 558-2561 | 平 平日夜間急患センター ☎ 555-9999 | 休 自然休暇村 |
| 水道事務所 (土・日) ☎ 554-2269 | 子 子ども家庭支援センター (土・日) ☎ 578-2882 | |

※ () 内は休館日

