

■東京都健康局から 平成18年度 薬物乱用防止啓発用ポスター・標語募集

青少年の薬物乱用防止対策の一環として、中学生対象に薬物乱用防止ポスター・標語の募集を東京都薬物乱用防止推進協議会と共催で行います。

入賞作品は、都の啓発用リーフレットの表紙やポスター、カレンダーに掲載するなど、薬物乱用防止啓発事業に活用します。

募集テーマ 薬物乱用防止を訴えかけるもの

締切 9月12日(火)(当日消印有効)
応募資格 都内在住の中学生および都内の中学校在籍の方

応募条件など

- ①規格
 - ポスター部門 四つ切りまたはB3判程度の用紙を原則縦に使用してください。
 - 標語部門 40字以内
- ②応募は、1部門につき一人1点。
- ③作品は、未発表のものに限ります。
- ④作品は、原則返却します。
- ⑤東京都選考入賞者の著作権は、東京都に帰属するものとします。
- ⑥入賞作品は、都の啓発用リーフレットの表紙やポスターに掲載するなど、薬物乱用防止啓発事業に活用します。

また、入賞作品は、他の自治体や薬物乱用防止活動を行う団体などから申し出があった場合、都の判断により利用を許可することがあります。

応募方法 作品(ポスターの場合は裏面)に学校名・学年・クラスおよび氏名・年齢を記入してください。作品は学校でとりまとめ、薬物乱用防止ポスター・標語の募集事務局(保健センター)に連絡してください。

問合せ 東京都福祉保健局薬務課 ☎ 03-5320-4511

■自衛官募集案内

「国を守る、人を救う」
未来に向かって挑戦！有意義な仕事です。

- ①一般曹候補生 18〜24歳未満
 - ②一般曹候補士 18〜27歳未満
 - ③航空学生 高等学校卒業(見込含む)〜21歳未満
 - ④二等陸・海・空士 18〜27歳未満
- 受付期間 9月上旬まで
試験期日 9月中旬
問合せ 自衛隊福生募集案内 ☎ 551-4725

■都立羽村高校公開講座

全経簿記検定2級講座
全経簿記検定3級程度を基礎とし、2級合格を目指します。

日時 9月2日〜11月18日の土曜日(9月23日、10月21日を除く、全10回) 午前9時〜正午

会場 都立羽村高校
定員 20人

受講料 3630円(テキスト代含む)

申込み・問合せ 8月10日(木)までに、往復はがきに、講座名・住所・氏名(フリガナ)・年齢・性別・電話番号を記入し、〒205-1001 羽村市羽4-152-1 都立羽村高校公開講座係へ(必着) ☎ 555-16631

■70歳以上の方の免許証更新講習

高齢社会を反映し、運転免許更新講習の充実と利便性を図るため、8月1日から、「シニア運転者講習」を始めます。誕生日の5か月前から1か月後までに受講することができます。

講習該当の方に、「運転免許更新のための講習のお知らせ」を郵送します。はがきに記載されている指定自動車教習所で予約してください。

講習手数料 6150円
※「高齢者講習」「運転免許取得者教育」「チャレンジ講習と特定任意高齢者講習(簡易)」も行っています。

問合せ 警視庁運転免許本部高齢者講習担当 ☎ 042-360-9634
URL http://www.keishicho.ne.jp/~lto_tokyo.jp/

■8月は個人事業税の納期です

個人事業税は、都内に事務所や事業所を設けて、法律で定められた事業を行っている方に対してかかる税金です。

8月は、個人事業税第1期分の納期です。都税事務所から送付される納税通知書で8月31日(木)までに納めてください。

納付方法

- ①金融機関・郵便局・都税事務所(都税支所)・支庁の窓口
 - ②口座振替
 - ③コンビニエンスストア※1(サークルK、サンクス、セブンイレブン、ファミリーマート、ミニストップ、ローソン)
 - ④ペイジーマークの付いている金融機関・郵便局のATM(自動預払機)、パソコンや携帯電話※2
- ※1：納付書など1枚あたりの納付額が30万円までのものに限ります。
※2：ペイジーマークの付いている都税の納付書に限ります。領収証書は発行されません。新規にパソコンや携帯電話などで納付される方は、金融機関への事前の利用申込が必要です。

問合せ 東京都八王子都税事務所 ☎ 042-644-1111



ゆとりぎ

子ども映画会

夏休みに親子で楽しめる作品をそろえました。
日時 8月6日(日)午前10時～11時30分
 *毎月1回日曜日に行います。
会場 ゆとりぎ小ホール
上映作品 ミッキーマウスのキャンピングカー／きもだめしのぼん／勇氣あるホテルととべないホテル／校長先生が泳いだ／おおきななぶ(変更もあり)
参加費 無料
 ※直接会場へお越しください。
運営 羽村映画クラブ

西児童館

夏休みパソコン体験教室

日時 8月16日(水)・23日(水)午後1時～3時
対象 市内在住の小学校3年生以上
定員 各8人(先着順)
申込み 8月2日(水)から11日(金)までの午前9時から午後5時までに電話または直接西児童館へ



ゆとりぎ(月) ☎ 570-0707
 西児童館(火) ☎ 554-7578
 東児童館(月) ☎ 570-7751
 図書館(月) ☎ 554-2280
 ※ () 内は休館日

東児童館

手作り教室「夏にピッタリ！チョコバナナパフェを作って食べよう！」

日時 8月23日(水)午前9時30分～11時
対象 市内在住の小学生以上
定員 20人(先着順)
持ち物 エプロン・三角巾・手拭きタオル・飲み物(お茶)・スプーン・うわばき・材料費100円
申込み 8月9日(水)から18日(金)までの午前9時から午後5時までに、本人が、電話または直接東児童館へ

*申込後、やむを得ず、申込みを取り消す場合は、8月20日(日)午後5時までに東児童館へ

手作りおもちゃ教室「ロケット」

日時 8月12日(土)①午前10時～②午後1時～
対象 小学校低学年
参加費 無料
講師 ボランティア「ねじまわし」
 ※おもちゃの病院も開院しています。

図書館

幼児向けおはなし会

「こぐまちゃんのみずあそび」をやるよ！ぜひ来てね。

日時 8月5日(土) 午前10時30分～
会場 本館おはなしのへや

夜のおはなし会

夜の図書館で語られるこわいおはなしを聞きにきませんか。

日時 8月25日(金) 午後7時～
会場 本館おはなしのへや
対象 原則として小学生
 ※大人の付き添いが必要です。
申込み 8月1日(火) 午前9時から図書館へ

テレビはむら

■テレビはむらの放送時間■

「テレビはむら」は、多摩ケーブルネットワーク「TCN」21チャンネルで、毎週木曜日から水曜日の一週間単位で放送しています。

- ①午前9時～9時30分
- ②午後5時～5時30分
- ③午後9時～9時30分

※広報広聴課が撮影した映像は、広報はむら・テレビはむら・ホームページで利用する場合があります。



問合せ 広報広聴課広報係

ピックアップ

第31回はむら夏まつり

「はむら夏まつり」は今年で31回目。

毎年、市内外から大勢の来場者が訪れ、参加者とともに夏の熱さも吹き飛ばすような賑わいをみせています。

番組では、会場の羽村駅東口周辺から人波踊りや参場踊り、模擬店など、熱気あふれる様子をお伝えします。



テレビはむらニュース

ニュース①

羽村市・福生消防署合同水防演習

6月18日(日)

水防演習は、水による災害が心配されるこれからの時期に合わせ、実践的な訓練を通じて、水防部隊運用要領および各種水防工法などを習得し、水防態勢の万全を期することを目的に2年に一度、実施しています。

演習は、大型の台風の接近に伴い、強い雨が断続的に降り続いたことにより多摩川が増水し、付近住民の家屋などへも水が流入してきているという想定で行われました。

今回の演習には、市や福生消防署、町内会連合会などおよそ600人が参加しました。



最近放送したテレビはむらのニュースから紹介します。

ニュース②

社会を明るくする運動

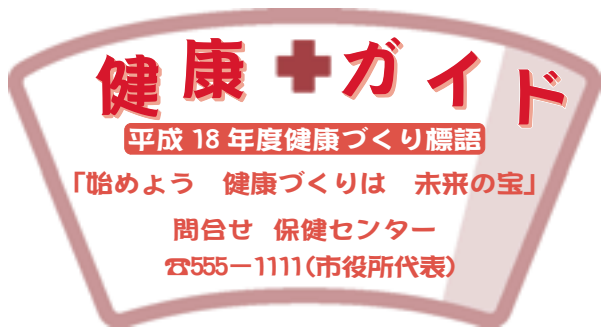
7月30日(月)

「社会を明るくする運動」は、犯罪のない明るい社会を築いていこうと全国的に行われているもので、今年で56回目を迎えました。

この日は、保護司会をはじめ、民生委員協議会などで組織する社会を明るくする運動実施委員会の皆さん72人が、羽村駅と小作駅に分かれて広報活動を行いました。

誰もが安全で安心して暮らしていける社会を築くために、皆さんも犯罪や非行について、考えてみてはいかがでしょうか。





胃がん・肺がん検診

日時 8月23日(水)午前8時～
会場 保健センター
対象 市内在住の40歳以上の方
定員 50人(先着順)
費用 無料
内容 ◆胃がん検診…腹部間接レントゲン撮影
 ◆肺がん検診…胸部直接レントゲン撮影と喀痰検査
 ※喀痰検査は喫煙者または希望者に行います。
申込み 8月2日(水)午前8時

30分から電話で保健センターへ
 ※会社などで受診する機会がある方は、ご遠慮ください。

うつ病の健康づくり講座 ～予防と周囲の理解～

うつ病は、決して特別な病気ではなく、誰もがかかる可能性があります。しかし、症状や治療については、理解しづらい部分も多い病気です。そこで今回は、「うつ病」の正しい知識、予防や周囲の関わり方などについて、臨床経験豊富な精神専門医がわかりやすくお話しします。

日時 8月23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)
講師 佐野信也さん(防衛医科大学校 精神科医)
申込み 8月3日(木)から電話で保健センターへ

平成19年度

「健康づくり標語」募集

来年度の広報はむらや各事業のお知らせなどに使用する「健康づくり標語」を募集します。入選者には表彰状を贈呈します。

たくさんの応募をお待ちしています。

応募締切 9月1日(金)
応募資格 市内在住の方
 ※作品の応募は一人1作品とさせていただきます。

応募方法 次の①、②のいずれかの方法で応募してください。
 ①応募用紙に作品と必要事項を記入し、応募箱へ。
 ※応募用紙・応募箱は、保健センター・図書館・ゆとろぎ・コミュニティセンター・スポーツセンター・スイミングセンターにあります。

宛先 〒205-1000-3
 ②はがきに、作品と住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、郵送で保健センターへ(当日消印有効)。

羽村市緑ヶ丘5-1-5-2
 羽村市保健センター「健康づくり標語」係
発表・表彰 10月8日(日)第15回健康フェア会場(富士見公園)

昨年の入選作

●優秀作●
 「始めよう 健康づくりは未来の宝」 吉田昭三さん
 ●佳作●
 「手をつなぎ 健やかはむら育てよう」 高嶋和男さん
 「健康は 幸せ家族の 第一歩」 熊野要輔さん

健康づくり推進員のちょっといい話

保健センターでは、市民の皆さんの健康づくりと啓発活動を行うため、町内会・自治会または各種団体からの選出による「健康づくり推進員」を設置しています。広報はむらでは、健康づくり推進員から皆さんに「体によい話」を年数回紹介していきます。

..... 夏を元気に！水分補給編

- ①体の60%は水分。のどが乾く前にこまめに水分をとると効果的です。お茶や水がおすすめ！
 ✖スポーツ飲料やジュースなどには、500mlの中に30～50gの砂糖が含まれています。
- ②長時間の運動時や大量に汗をかいた時の水分補給は電解質を含んだスポーツ飲料がおすすめ！また、冷たい飲物は深部体温を下げ、水分が早く腸に届き体内に吸収されやすくなります。
 ✖ビールなどのアルコールは、利尿作用があり体内の水分を減らしてしまうため、水分補給には向きません。

..... 健康づくり推進員おすすめ

夏ばて予防のコツ ～気をつけよう 暴飲 暴食 健康管理～

- ❶食事は1日3回きちんととり、酢・レモン・香辛料で食欲増進！
- ❷軽い運動をしたり、冷房を上手に利用して十分な睡眠を！
- ❸シャワー浴や濡れタオルを首や脇の下にあて、体温を下げる工夫を！