高日レステロール政善サポートコース(約6 分月間)

コレステロールがやや高めの方は、生活習慣を見直すことが大切です。保健師、管理栄養士が6か月間継続して、生活改善をサポートします。

くスケジュール>

8月 血液検査+問診、食事・運動調査

9月 サポート面接(初回)

10月 サポート面接(1か月目)

11月 血液検査+サポート面接(2か月目)

1月 血液検査+サポート面接(4か月目)

3月 血液検査+サポート面接(6か月目)

対 **象** 平成 18年7月31日現在、市内在住の40~64歳の方で、1年以内の 血液検査で、総コレステロールがおおむね220 mg/dl以上の方

定員20人(先着順)

費 用 無料

☎559-2522菊地

申込み 6月19日(月)~7月7日(金)までに電話で保健センターへ

※申込み後、生活調査票、血液検査受診券などをお渡しします。

※食事・運動調査は、7月31日(月)午後または8月1日(火)午後に保健センターで行います(予約制)。

※サポート面接は、保健センターで行います(予約制)。

対象市内在住の妊婦 特ち物母子手帳・筆記用具 ※事前の申込みは不要です。 直接会場へお越しください。 めに受けてください。 めに受けてください。

生活についてお話しします。

娠、

出産、赤ちゃんとの

出産準備クラス

(母親学級)

時 7月6日休、

13日(木)

27日休 (全3日) 午後1時

15分~4時

保健センター



0325梅田 10325梅田 0325梅田 0325梅田 0325梅田

アメリカ人講師が教えます。

▼羽村英会話クラブ

ゆとろぎ/対象=高校生以上

毎週木曜日午後7時~9時

京花流

大人の男女/月額3000円//ゆとろぎ/対象=小学生からんか。

▼マイマイひろば

☎554-3220杉山

水谷杯

ブ愛好会・清水、

詳しくはお問い合わせくださ田稔へ**な**555-3775詳しくはお問い合わせくださ中学生以下無料/種目=(個人での活動を中心に楽しんでい中学生以下無料/種目=(個人である)での活動を中心に楽しんでい中学生以下無料/種目=(個人である)での活動を中心に楽しんでい中学生以下無料/種目=(個人である)

▼ **第23** 回ソフトテニス大会・

000円/1578-279

、月額4000円・入会金1

 子・女子、小学生の部/申込み

 子・女子、小学生の部/申込み

 子・女子、小学生の部/申込み

 中学生以下無料/種目=(個人中学生以下無料/種目=(個人中学生以下無料/種目=(個人)

 中学生以下無料/種目=(個人)

▼**羽村フェニックスジュニア マ**員バレーで都大会へ行こう。 全員バレーで都大会へ行こう。

▼自然と思い切り遊ぼうよ

夏休みの思い出を「羽村で!」 を合言葉にゲームと遊びの体を合言葉にゲームと遊びの体を合言葉にゲームと遊びの体 験教室を開催します。 目)/羽村堰下レクリエー ション広場/対象=小学生/ ション広場/対象=小学生/ プラー1階ロビーへ/ プロンター1階ロビーへ/ プロンター1階ロビーへ/







6月の休日診療

[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。ご注意ください。

[歯科]中野歯科医院

問合せ 保健センター

25 554-7053



5月1日(月)、アメリカビーバーに4つ子が誕生しました。お父さんは平成10年当園生まれ、お母さんは平成14年釧路市動物園生まれで、平成16年に羽村動物公園にやってきました。赤ちゃんの性別はまだわかりませんが、すくすくと元気に育っています。

夕方、活発 に動いている 姿を見ること ができます。 とてもかいいです。 ぜひ会いに きてね!



B SUN	月 MON	火 TUE	7K WED	木 THU	金 FRI	± SAT
市土・日開庁 11	12	13	14	15		市土・日開庁 17
				コ お好み講座 (華道) 午前 10 時~	(碁・将棋・俳句)	図小学生向けおはなし会午前10時30分~
 - - 図書館	 館は 16 日(金) a	 まで蔵書点検のた	この休館です。	中こぐまひろば 午前 11 時~	囲あそびのポ	
'					十削 11 時~	
市土・日開庁 18	19	20	21	22	23	市土・日開庁24
宮の下運動公園) 羽村市・福生 消防署合同水		コ お好み講座 (民踊) 午後0時30分~	(風船バレーボー			図子ども放送局 午前 11 時~
月の省日日外 防演習 午前9時~11時 45分		- ig 5 in 50 in 東おしゃべり場 午前 10 時~		東 こぐまひろば 午前 11 時~		
10)5	1			1	1	
市土・明宁25	26	27	_ 28	29	30	市土・日開庁 1
中あそびのポ ケット 午前 11 時〜	画 こぐまひろば 午前 11 時〜	コ お好み講座 (民踊) 午後0時30分~	東スポーツの日(ドッジボール)		□ お好み講座 (碁・将棋) 午前 10 時~	
十前 II 時~ 東 こぐまひろば 午前 11 時~		干後0時30万〜 東あそびのポ ケット			□ □ □ □ □ □ □ □ □ □	
		午前 11 時~				

- 市 市役所(土・日) ☎ 555-1111 羽村駅西口連絡所(土・日) ☎ 554-8320
 - 羽村駅西口連絡所(土・日) ☎ 554-8320 三矢会館連絡所(土・日) ☎ 554-8214
 - 小作台連絡所(土・日) **☎** 554-9656
- (月) 生産学習センターゆとろぎ(月) な 570-0707 図 図書館(月) な 554-2280
- 動 動物公園 (月) ☎ 579-4041 郷 郷土博物館 (月) ☎ 558-2561
- i) コミュニティセンター **☎** 554-8584
- 保 保健センジャー (土・日) **な** 555-1111
- 平日夜間急患センター ☎ 555-9999中 中央児童館(金) ☎ 554-4552
- 西 西児童館(火) **☎** 554-7578 東 東児童館(月) **☎** 570-7751
- 産 産業福祉センター (月) ☎ 579-6425 消 消費生活センター (土・日) ☎ 555-1111
- 水道事務所(土・日) **お** 554-2269 福 福祉センター **か** 554-0304
- 「い」いこいの里(月の最終日曜日) ☎ 578-0678
- □ リサイクルセンター (土・日) ☎ 578-1211
 - か 地域包括支援センター

市役所内(土・日) **☎** 579-7785 地域包括支援センター相談連絡所

いこいの里

- **☎** 579−0151 **☎** 555−8815
- 子 子ども家庭支援センター (土日) ☎ 578-2882
 - 自然休暇村 ☎ 0551-48-4017 ※ () 内は休館日



