

2006  
4.15

広報

# はむら

## 生涯学習センターゆとろぎ 開館祝賀祭



### CONTENTS

「はむら健康の日」	1
ゆとろぎ開館祝賀祭 第2期	3
■お知らせ	5
■平成17年度情報化に関する市民アンケート集計結果	17
■健康ガイド	21
■団体のひろば	22

3月25日に生涯学習センターゆとろぎの開館記念式典が盛大に行われました。

記念コンサートとして、羽村市出身のピアニスト江尻南美さんとバイオリニストの福嶋慶大さんの演奏会も行われました。

# 「はむら健康の日」

わたしも

あなたも

みんな参加

市民が生涯健康でいきいきと暮らせることができるよう、健康増進計画「健康はむら21」を昨年策定しました。

市では、「健康はむら21」を基に、1年を通してさまざまなイベントを実施していきます。5月は「はむら健康の日」と題して、さまざまな催しを行います。この機会に、健康について考えてみませんか？

**日時** 5月21日(日)午前10時～午後2時

※コーナーによって開始時間などが異なります。ご注意ください。

**会場** 保健センター・保健センター駐車場

※お車でのご来場はできません。ご了承ください。

## ウォークイズラリー

保健センターをスタート・ゴールとし、途中4か所(グリーントリム公園、阿蘇神社、田ノ上会館、なかよし児童遊園)のチェックポイントでクイズに答えながら市内を歩く(およそ6.2km)ウォーキングです。

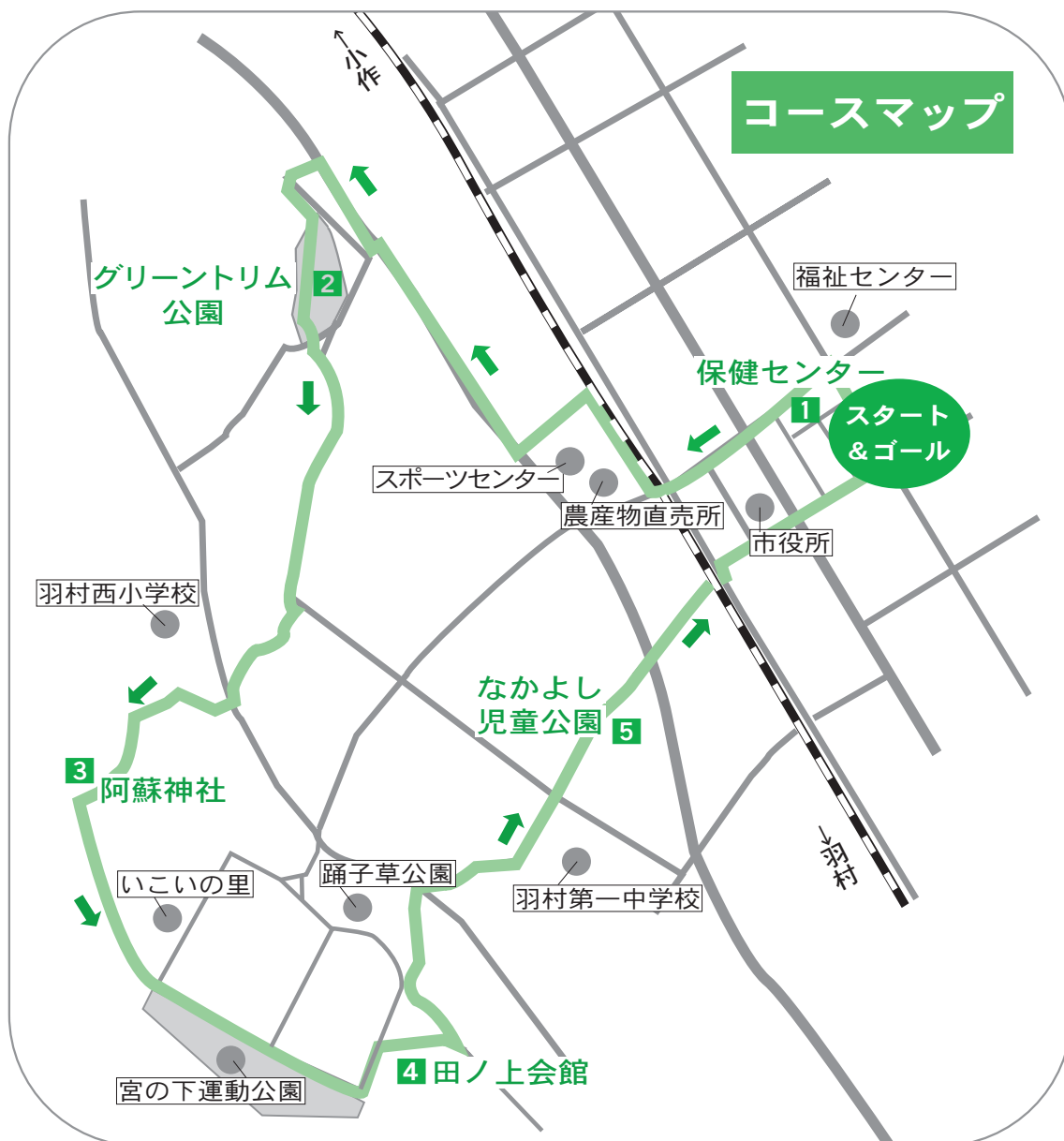
**時間** 午前9時30分保健センター集合

**定員** 100人(先着順)

**申込み** 5月8日(月)午前8時30分から電話で保健センターへ

※天候不順の場合は、中止になります。

## コースマップ



## はむら健康焼きそばの試食

野菜たっぷり・塩分控えめの「はむら健康焼きそば」の試食ができます。

時間 午前11時30分～



健康に関するパネルの展示、パンフレット配布、お子様向けコーナーなどもあります！

## 健康づくり推進員の簡単・健康レシピの紹介

健康づくり推進員お勧めの手軽で簡単な家庭料理を紹介します。試食もできます。

時間 午前10時～

## 結核検診

18歳以上の市民の方を対象にした胸部間接レントゲン撮影を実施します。

時間 午前10時～午後2時

※事前申込みは必要ありません。



- 主催 羽村市
- 協力 羽村市健康づくり推進員
- 問合せ 保健センター ☎ 555-1111 (市役所代表)



みんなで  
保健センターに来てね！

## 健康体操

スポーツ指導員が中心となり、参加者にストレッチと簡単な体操について紹介、実技をします。

時間 午前10時30分～

3回程度実施 (1回20分程度)



<講師> 栗原 毅さん  
(東京女子医科大学教授・医学博士)

### 主な著書

- ・「血液サラサラ生活のすすめ」
  - ・「血液サラサラで病気を防ぎ治す」
- など多数あり



市では、東京羽村ライオンズクラブと共催で健康セミナーを開催します。

講師には、「血液サラサラ」の提唱者である東京女子医科大学の栗原毅教授をお招きし、健康維持のために血液をサラサラにする方法や生活習慣病、健康づくりにかわる内容をわかりやすくお話ししていただきます。

日時 5月13日(土)午後2時～4時30分(午後1時30分開場)

会場 生涯学習センターゆとろぎ大ホール(入場無料)

共催 東京羽村ライオンズクラブ・羽村市

問合せ 保健センター ☎ 555-1111

## 健康セミナー「血液サラサラ 健康はむら」

東京羽村ライオンズクラブ設立15周年記念事業  
「はむら健康の日」シリーズ第1弾



ゆとりぎ

まだまだ続きます!!

生涯学習センター

ゆとりぎ開館祝賀祭

第2期

## ホール事業

### 大ホール

日本の踊り (羽村市舞踊連盟)

日 時 4月30日(日)午後1時〜(午後

0時30分開場)

花と水のハーモニーをイメージして曲を構成しました。フィナーレは、150人の出演者が舞台上に満開の花を咲かせます。

来て!見て!体験して!「ゆとりぎ」

&「キッツ愛」(チャイルドジャズダンス キッツ愛)

日 時 5月3日(水)午後1時30分〜

(午後1時開場)

22年前に結成されたダンスグループです。パワフルでアクロバティックなダンスをぜひご覧ください。

Anniversary Concert

「明日に向かって」(羽村市音楽団(は

お・ん))

日 時 5月4日(木)午後2時〜(午後

1時30分開場)

明るく未来を象徴する楽しいコンサートです。輝きのある吹奏楽のサウンドとコーラスの響きをお楽しみください。ピアニスト民秋彩を迎え幅広いジャンルの曲を演奏します。

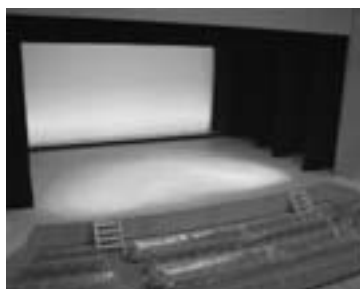
フラメンコ(エルムンドとその仲間たち)

日 時 5月5日(金)午後2時〜(午後

1時30分開場)

羽村駅東口のエルムンドスタジオで、レッスンをやっている仲間です。

フラメンコに興味のある方は、ぜひお越しください。



大ホール

参加の音楽祭です。新しく誕  
生した児童合唱もデビューし  
ます。最後は吹奏楽の伴奏で、  
演奏全員と会場の皆さんと一  
緒にホールいっぱいの歌声に  
します。

和太鼓灯音(ビート)演奏会(和太鼓  
灯音(ビート))

日 時 5月5日(金)午後7時〜(午後

6時30分開場)

和太鼓の迫力ある音圧と響き、繊細な音色を持つ篠笛を中心とした演奏で「魅せる太鼓・魂に響く太鼓」を目指し、日々練習に励んでいます。スピード感・躍動感のあるステージで観客を魅了し、感動を与えます。

集まれミュージシャン アンサンブル

フェスタ(アンサンブルフェスタ実行

委員会)

日 時 5月6日(土)午後1時〜(午後

0時30分開場)

世代を越え、ジャンルを越えて集まったミュージシャン。和楽・フォーク・J・Pop・アニメソング・Rock:とバラエティに富んだ内容です。

はむら音楽祭(羽村市音楽連盟)

日 時 5月7日(日)午前11時〜(午前

10時30分開場)

邦楽3団体、洋楽11団体が参加の音楽祭です。新しく誕生した児童合唱もデビューします。最後は吹奏楽の伴奏で、演奏全員と会場の皆さんと一緒にホールいっぱいの歌声にします。

### 小ホール

歌と手あそびと日本太鼓を楽しむ会

(五ノ神幼稚園)

日 時 5月3日(水)午前10時〜(午前

9時30分開場)

幼稚園の先生と一緒に親子で歌ったり、手あそびをしたり、ゆかいな劇や日本太鼓の演奏もお楽しみください。

講演会「知られざる中里介山 環境保

全の先覚者」(はむら環境まちづくりの

会自然環境部会)

日 時 5月3日(水)午後2時〜(午後

1時30分開場)

文豪・中里介山の研究者として知られる、桜沢一昭さんの講演会です。文明の進歩が社会にもたらす結果を100年前に予測していた介山について語っていただきます。介山に関する詩吟3題の吟詠もあります。

ハワイアン・フラダンス(ラウリイ・

フラ・サークル)

日 時 5月6日(土)午後1時〜(午後

0時30分開場)

花のように、自分のために咲き自分の人生に微笑む、またその花が人をも幸せにする。それが「アロハの心」フラダンスなのです。  
アロハの心を感じてください。