

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

※2月19日(日)は、青梅マラソン開催に伴うTCN特別番組放映のため、午後9時からのテレビはむらの放映は午後11時30分に変更となります。

※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



トピック

第20回NHK杯争奪 羽村市ふれあい綱引き大会

冬場の運動不足解消や市民同士のふれあいの場として、毎年多くの市民が参加する綱引き大会。チーム一丸となって一本の綱を引っ張る戦いは、まさに熱戦です。

冬の寒さを忘れてしまうような、熱い戦いの様子をお送りします。



テレビはむらニュース

ニュース①

動物公園の餅つき大会

1月8日(日)

3年前から始まった動物公園での餅つきは、「自分でお餅をつく」ことを通して、子どもたちに本来の「お餅」というものを少しでも理解してもらいたいという思いが込められています。

この日は、羽村太鼓の演奏も行われ、お正月らしい雰囲気の中で、つきたてのお餅をきな粉餅やあんこ餅、そして雑煮としてそれぞれ味わっていました。

訪れた人たちは、楽しみながら日本の伝統文化を体験することができたようです。



ニュース②

消防出初式

1月8日(日)

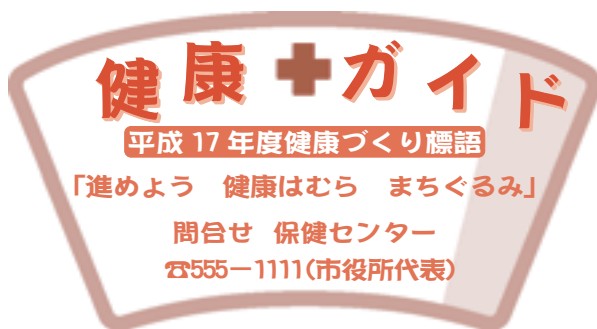
1月8日(日)に、羽村第一中学校で消防出初式が行われました。

現在、羽村市消防団は、正副団長と女性団員で構成される本部の団員と6つの分団の団員の計191人で構成されています。日ごろから市民の生命や財産などを守るため、仕事を抱えながらも、日夜を問わず防災活動に励んでいます。

出初式では、羽村第一中学校吹奏楽部の演奏に合わせての分列行進や、一斉放水などが行われ、日頃の訓練の成果が披露されました。今年一年の市内の安寧と無事を願います。



最近放送したテレビはむらのニュースから紹介します。



子宮がん検診実施中

実施期間 2月28日(火)まで
対象 平成17年4月1日現在、20歳以上の偶数年齢の市民の方
費用 無料
実施医療機関 三枝産婦人科・尾形産婦人科クリニック
申込み 2月21日(火)までに直接保健センターへ
 ※電話での申し込みはできません。

乳がん検診実施中

日時 2月1日(水)～3月3日(金) (土・日曜日、祝日を除く) 午前8時30分～(1時間程度)
対象 平成17年4月1日現在、40歳以上の偶数年齢の市民の方
定員 180人(1日8人まで・先着順)
内容 視触診およびマンモグラフィ検査(乳房X線撮影)

費用
 ○40歳代の方：1300円 (マンモグラフィ2方向)
 ○50歳以上の方：800円 (マンモグラフィ1方向)
 ※検査当日に病院へお支払いください。
実施医療機関 公立福生病院
申込み 直接保健センターへ
 ※電話での申し込みはできません。

結核検診

日時 2月15日(水)午前10時～正午・午後1時～3時30分
対象 18歳以上の市民
会場 保健センター

※直接会場へお越しください。

健康料理講習会

「おいしく減塩する調味料の選び方、使い方」

「減塩」というと、「おいしくない」というイメージがありませんか？調味料の選び方、使い方で塩分控えめなのに、とってもおいしく味付けをすることが出来ます。

ぜひこの機会に減塩のコツを学んでみませんか？

日時 2月15日(水)午前9時30分～午後0時30分
会場 保健センター
定員 30人
申込み 2月2日(木)午前8時30分から電話で保健センターへ

持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具、300円(材料費の一部)、健康手帳(お持ちの方)
 ※みそ汁の塩分測定希望の方は、みそ汁180mlをお持ちください。

健康はむらさんになろう！5～「隠れ肥満」にご用心！～



年末から年始にかけて、忘年会や新年会などが重なり、ついつい食べすぎたり、飲みすぎたりすることが多くなかったでしょうか？この時期は運動不足にもなりがちで、太りすぎが気になります。

肥満は、高血圧や糖尿病、心臓病など、多くの生活習慣病の原因のひとつと言われていますが、特に外見上は太っていない人でも内臓に脂肪がたまる「隠れ肥満」が生活習慣病の引き金になると言われています。「隠れ肥満」の指標には、体格指数(BMI)が用いられます。

皆さんも計算式を用いてBMIを計算してみましょう。

体格指数 BMI (Body Mass Index)

このBMIで出された数値が22に近いほど、生活習慣病になりにくいとされています。

• BMIの計算式

体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

• BMIの判定表

25.0以上	肥満
18.5～25.0未満	標準
18.5未満	やせている

• 適性体重の計算式

{身長(m) × 身長(m)} × 22

2月の相談日

相談名	相談日	時間	会場・電話
交通事故相談 (実施日の1週間前からの予約制)	1日(水)	午後1時30分～4時30分	市民相談室 (市役所内) 555-1111
行政・人権 身の上相談	16日(木)		
法律相談 (実施日の1か月前からの予約制)	2月2日(木) 10日(金) 25日(土) 3月2日(木) 10日(金) 25日(土)	午後2時～5時 (土曜日は午前10時～午後1時)	
女性悩みごと相談 (実施日の1か月前からの予約制) ※羽村市・福生市のどちらでも相談できます	<羽村市> 1日(水)・15日(水)	午後1時30分～4時30分	福祉事務所相談室 555-1111 ※予約は市民相談係へ
	<福生市> 8日(水)・22日(水)	午前9時～午後1時	福生市役所市民相談室 551-1511
健康栄養相談	9日(木)・23日(木)	午後1時30分～3時	保健センター 555-1111
育児相談	16日(木)	午前10時～11時	
健康・体力相談	3日(金)・19日(日)	午前10時～正午 午後2時～4時	スポーツセンター 555-0033
外国籍市民相談 (英・ス・韓・タガ) (予約が必要です)	10日(金)・24日(金)	午後1時～4時	羽村ふれあい地域 づくり公社 579-2211
特別金融相談 (事前にご連絡ください)	14日(火)	午後2時～4時	羽村市商工会館相談室 555-6211
消費生活相談	月～金曜日	午前9時～正午 午後1時～4時	消費生活センター 555-1111
教育相談 (予約が必要です)	月～金曜日 (土・日曜日も 初回予約可)	午前9時～午後6時 (土・日曜日は 予約相談のみ)	教育相談室 554-1223
高齢者生活相談	月～土曜日 (羽村市在宅介護 支援センターは 月～日曜日)	午前8時30分～ 午後7時 土曜日は午後5時まで (羽村市在宅介護支援セン ターは午後5時まで) *電話は24時間対応	羽村市在宅介護支援センター (羽村市役所内)579-7785 在宅介護支援センター 「いこいの里」579-0151 在宅介護支援センター 「羽村園」555-8815
介護相談	月～土曜日 (羽村市在宅介護 支援センターは 月～日曜日)	午前8時30分～ 午後5時	子育て支援課内 555-1111
母子・婦人 生活相談	月～金曜日	午前8時30分～ 午後5時	子ども家庭支援センター 578-2882 東保育園 554-2154 西保育園 554-4507 しらうめ保育園 555-1019 さくら保育園 554-2046 各私立保育園
子育て相談	月～金曜日 (総合相談)		
	月～金曜日	午前8時30分～ 午後5時	
	火・木・ 土曜日	午前9時～正午	中央児童館 554-4552
	月・水・ 金曜日	午前9時～正午	西児童館 554-7578
	火・木・ 日曜日	午前9時～正午	東児童館 570-7751
こころと暮らし なんでも相談	木・金曜日	午前10時～ 午後4時	福祉センター 554-0304 フリーダイアル 0120-294-992
障害者 生活支援相談	月～金曜日	午前8時30分～ 午後5時15分	福祉センター内障害 者生活支援センター
	ピアカウンセリング 25日(土)	午後2時～4時	555-1210

税金などの納期

- 固定資産税・都市計画税(第4期)
国民健康保険税・介護保険料(第6期)
→ 2月28日(火)
納税は便利な口座振替で!
問合せ 納税課納税係

人口と世帯

- 人口と世帯(平成18年1月1日現在)
男 28,993人(-72)
女 27,902人(-9)
計 56,895人(-81)
*うち外国人登録 1,812人
世帯数 2,3741世帯(-48)
()は前月比
- 12月中の異動人口
出生 37人/死亡 36人
転入 294人/転出 376人
問合せ 市民課受付係

羽村駅西口土地区画整理事業 個別説明事務所 開所日

- 開所日
毎週月～金曜日、第1・3・5土曜日
- 開所時間(正午～午後1時を除く)
月・水・金・土曜日
→ 午前9時～午後5時
火・木曜日
→ 午前9時～午後8時
問合せ 区画整理課区画整理係

水道の漏水などの問合せ

水道事務所 ☎554-2269までお願いします。

シルバー人材センター 入会説明会

- 2月15日(水)午後1時～2時
*シルバー人材センター(羽東2-3-1)
へ直接お越しください。
問合せ シルバー人材センター
☎554-5131

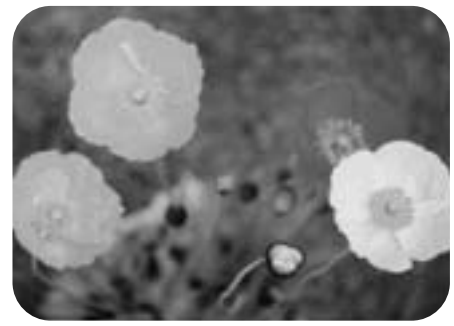


アイスランドポピー(シベリアヒナゲシ)

けし科

原産地 シベリア地方ほか

花のたより



早春の行楽の一つに、房総などでの花摘みがあり、人気のポピーはこの花のことです。細い花茎を立てて、ふんわりと開く花は薄紙細工のような繊細さと、明るいカラフルな色合が好まれ、春待つ心をそそるのです。切前(切花の収穫適期)は下向きのつぼみが横か上向きになったときです。

(写真・文) 中島勝衛さん

2月の休日診療

Table with 3 rows of holiday clinic information for February, including dates, hospital names, and phone numbers.

[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。

問合せ 保健センター

Main calendar grid for February 2006, showing dates from 1st to 18th with various event listings for each day.

- List of contact information for various city services, including phone numbers and addresses for departments like the City Office, Community Center, and Welfare Center.

※()内は休館日