

保健センター



☎ 555-1111

健康インフォメーション

＋成人歯科健康診査

期間 9月1日(火)～10月31日(土)

対象 平成21年6月1日現在、65歳以上の市民

費用 無料

内容 問診、現存歯・義歯の状況、口腔衛生状態、歯周病の状況把握など

受診方法 市内歯科健康診査協力医療機関へ事前に予約し受診

※現在、歯の治療中の方、勤務先などで受診機会のある方は受けられません。

※健康保険証を持参してください。

※実施協力医療機関は、市ホームページをご覧ください。
※お問い合わせください。

＋骨太教室 丈夫な骨を保ちましょう！

■栄養編

～マメにとろろ～大豆製品のおかず
豆腐や納豆などの大豆製品は、カルシウムやイソフラボンがたっぷり入っています。

さらに、毎日食べても飽きない食材が多くあります。からだにやさしい大豆製品を、もっと食生活に取り入れてみませんか。

日時 9月16日(水)午前9時30分～午後0時30分

会場 保健センター

対象 市内在住の方

定員 30人(先着順)

参加費 300円(材料費)
持ち物 三角巾・エプロン・筆記用具
※みそ汁の塩分測定を希望する方は、みそ汁180mlを持参してください。

■医師&運動編

～骨の健康づくり 正しく知ってコツコツ運動で防ごう～

整形外科医が骨粗しょう症の仕組みや予防、最近の治療法などについてわかりやすく話します。

また、カルシウムが骨につきやすくなる運動も紹介します。ひざに痛みがある方でもかんだんに取り組みることができる内容です。

日時 9月17日(木)午後1時30分～4時30分

会場 保健センター

対象 市内在住の方

定員 30人(先着順)

参加費 無料

持ち物 筆記用具・汗拭きタオル・外履き・運動しやすい服装・飲み物(水分補給用)

講師 渡邊哲哉さん(ワタナベ整形外科院長) ほか

申込み いずれも9月2日(木)から、電話または直接保健センターへ

＋女性特有のがん検診推進事業

市では国の特別対策に基づき、一定年齢の女性に対して、子宮頸がん(子宮頸がん)と乳がんの検診を無料で受けることのできるクーポン券と検診手帳を8月末に発送しました。

手元に届いた方は、同封の案内により9月から受診することができます。

詳しくは、お問い合わせください。

がんは早期発見が重要です。制度を活用して積極的に受診しましょう。

特別対策の検診項目/対象年齢

(平成20年度に次の年齢に達した方)
子宮頸がん/20歳・25歳・30歳・35歳・40歳

乳がん/40歳・45歳・50歳・55歳・60歳

※市独自で行っているがん検診でも、子宮頸がん・乳がんの検診を受けることができます。詳しくは、広報はむら5月15日号または市ホームページをご覧ください。

ページをご覧ください。お問い合わせください。

＋大腸がん検診・肝炎ウイルス検診実施中

10月31日(土)まで、大腸がん検診・肝炎ウイルス検診を行っています。

詳しくは、広報はむら6月1日号または市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

＋新型インフルエンザの予防

①人ごみを避ける
できるだけ混雑している場所は避けてください。

②外出時には、「マスク」を着用

外出するときは、マスクを着用してください。

③「せきエチケット」の実行

せきやくしゃみをする際は、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、ほかの人から顔をそむけるようにしてください。

④手洗いやうがいの徹底

帰宅後や不特定多数の人が触れるようなものに触れた場合は、手を石けんで最低15秒以上洗い、流水でよく流してください。そして、清潔な布やペーパータオルで水分をよくふき取ってください。

健康は 我が家の自慢 我が家の宝 (平成21年度健康づくり標語)

みんなあつまれ! こどものページ



中央児童館 ☎ 554-4552
 東児童館 ☎ 570-7751
 西児童館 ☎ 554-7578
 図書 ☎ 554-2280
 とうとろ ☎ 570-0707

中央児童館

■手作りおもちゃ教室

〜はがき飛行機〜

日時 9月12日(土)①午前10時〜
 ②午後1時〜

対象 幼児(保護者同伴)・小
 学校低学年

参加費 無料

講師 ボランティア「ねじま
 わし」

※直接会場へお越しください。

■手作り教室「とろ〜り生キヤ ラメルをつくらう!」

日時 9月20日(日)午前10時〜
 11時30分

対象 市内在住の小学生〜18
 歳の方

東児童館

■「わくわくキッズまつり」

食べものの屋・工作コーナー・
 くじびき・プラバン作りなどを
 行います。みんなで遊びに来て
 ください。

日時 9月23日(水)午前10時〜
 正午、午後1時〜3時

チケット(1人1組)

100円(180人限定)

※9月4日(金)〜18日(金)に、各児
 童館で販売。

※9月22日(火)は、準備のため午
 後3時に閉館します。

※当日は午前10時に開館し、片
 付けのため、午後3時に閉館
 します。

定員 20人(先着順)

参加費 70円(材料費)

持ち物 うわばき・エプロン・
 三角巾・手拭タオル・飲み物
 (お茶)

申込み 9月3日(木)〜13日(日)の
 午前9時から午後5時までに、
 本人が電話または直接中央児
 童館へ

図書館

■幼児向けおはなし会

パネルシアター「まつくろネ
 リノ」や、絵本の読み聞かせなど
 を行います。

日時 9月12日(土)午前11時〜

対象 幼児(保護者同伴)

■小学生向けおはなし会

ストーリーテリング「ならなし
 とり」などのおはなしをします。

日時 9月19日(土)午前11時〜

対象 小学生

※保護者の方も、ぜひ参加して
 ください。

入場料 いずれも無料

※直接会場へお越しください。

ゆとろぎ

■子ども映画会

日時 9月13日(日)午前10時30分
 〜11時30分

入場料 無料

上映作品 さるかに合戦/草原
 の子テングリ/浦島太郎/ネ
 ズミさんのおんがえし(変更
 の場合あり)

運営協力 はむら16mm映像研究会

※直接会場へお越しください。

9月の テレビはむら

TV HAMURA



「テレビはむら」は、多摩ケーブ
 ルネットワーク「TCN」アナログ
 放送21チャンネル、デジタル放送
 055チャンネルで、毎週木曜日
 から水曜日までの1週間単位で放
 映しています。

■放映時間

- 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

毎週土曜日(①午後1時30分〜②午後5時〜③午後
 9時〜)に限り、アナログ放送9チャンネル、デジタル
 放送111チャンネルで試験放送を行っています。

トピック 羽村市総合防災訓練

いつ起こるかわからない地震
 や火災などの災害。その災害か
 ら大切な生命や財産を守るため
 には、日ごろから家族や地域で
 防災に対する意識を高めておく
 ことが重要です。

番組では、9月6日(日)に行う羽
 村市総合防災訓練の様子をお伝え
 します。



これからのテレビはむらラインアップ

- 羽村のものづくり など

問合せ 広報広聴課広報係

■ 9月の相談日

相談名	相談日	時間	会場・電話
交通事故相談 (予約が必要です)	2日(水)	午後1時30分～ 4時30分	市民相談室 (市役所内) 555-1111
相続・遺言等 暮らしの手続き相談 (予約が必要です)	9日(水)		
税務相談 (予約が必要です)	1日(火)		
行政・人権 身の上相談	17日(木)		
住宅なんでも相談 (予約が必要です)	16日(水)		
外国籍市民生活相談 (スペイン語・韓国語) (予約が必要です)	11日(金)・25日(金)		
法律相談 (実施日の1か月前からの予約制)	9月11日(金) 18日(金) 26日(土) 10月1日(水) 9日(金) 24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> 2日(水)・16日(水)・30日(水)	午後1時30分～4時30分	福祉事務所相談室 (市役所内) 555-1111 ※予約は市民相談係へ
	<福生市> 9日(水)	午前9時～午後1時	福生市役所第1相談室 551-1511 ※予約は広報広聴係へ
健康栄養相談	10日(木)・24日(木)	午後1時30分～3時	保健センター 555-1111
育児相談	17日(木)	午前10時～11時	
特別金融相談 (事前に連絡してください)	8日(火)	午後2時～4時	羽村市商工会館相談室 555-6211
年金相談	月・水・金曜日	午前9時～午後4時	保険年金課 555-1111
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	教育相談室 554-1223
高齢者生活相談	月～土曜日 (地域包括支援センター…)	午前9時～午後7時 土曜日は午後5時まで (地域包括支援センターは午後5時15分まで)	地域包括支援センター 579-7785・555-1111 地域包括支援センター 相談連絡所「いこの里」 579-0151
介護相談	月～金曜日		
母子・婦人生活相談	月～金曜日	午前8時30分～午後5時	子育て支援課内 555-1111
子育て相談	月～金曜日 (総合相談)	午前8時30分～午後5時	子ども家庭支援センター 578-2882
	月～金曜日	午前8時30分～午後5時	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		
	月・水・金曜日	午前9時～正午	西児童館 554-7578
火・木・土曜日	午前9時～正午	中央児童館 554-4552	
火・金・日曜日	午前9時～正午	東児童館 570-7751	
ふれあい相談	木・金曜日	午前10時～午後4時	福祉センター 554-0304 フリーダイヤル 0120-294-992
障害者地域活動 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 障害者地域活動 支援センター 555-1210
	ピアカウンセリング (肢体不自由) 26日(土)	午後1時～4時	
	(精神障害) 28日(月)・29日(火)	午後1時～4時	福祉センター 554-0304 フリーダイヤル 0120-294-992

■ 市長とトーク

■ 9月の実施日時

日時 9月29日(火)午後7時～9時
会場 羽村西小学校(ミーティングルーム)
※事前予約制。当日受付は、予約に空きのある場合のみ午後8時30分まで。
申込み・問合せ 広報広聴課市民相談係

■ 税金などの納期

■ 平成21年度

国民健康保険税・介護保険料・
後期高齢者医療保険料(第3期)
→9月30日(水)

問合せ 納税課納税担当

■ 人口と世帯

■ 人口と世帯(平成21年8月1日現在)

男 29,339人(-8)
女 28,203人(-8)
計 57,542人(-16)
*うち外国人登録 1,697人

世帯数 24,651世帯(-2)
()は前月比

■ 7月中の異動人口

出生 48人/死亡 34人
転入 244人/転出 274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～土曜日
※9月21日(月)～23日(水)は、祝日のため閉所します。

■ 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 区画整理事業課事業係
☎ 570-7474

■ 緊急雇用対策 職業相談 (ハローワーク青梅との共同事業)

■ 9月の実施日時

→9月2日(水)・16日(水)
午後1時30分～4時30分
産業福祉センター相談室

☎ 579-0156(実施日のみ)

問合せ 産業活性化推進室経済対策担当

■ 夜間校庭使用受付(10月分)

受付期間 9月15日(火)～25日(金)

※9月21日(月)は、祝日のため閉館します。

受付会場 スポーツセンター

使用施設 羽村東小学校・羽村第三中学校

問合せ スポーツセンター☎ 555-0033