

# スイミングセンター

☎579-13210

## アクアビクス(水中エアロビクス) (6・7月)

水の中で楽しく体を動かしませんか。

日時 6月4日(木)～7月23日(木)の毎

週木曜日午後3時～3時50分

会場 プール

対象 16歳以上の方

定員 35人(先着順)

参加費(1回) 市内在住・在勤の方:

400円、市外の方:600円(保

険料・入場料込み)

持ち物 水着・帽子・タオルなど

指導者 NPO法人羽村市体育協会ス

ポーツトレーナー

申込み 当日の午後2時～2時50分に、

プール受付前へ

# 保健センター

☎555-1111



## 健康インフォメーション

### + もぐもぐ教室～離乳食後期講座

赤ちゃんに合った食べ物の固さや大きさ、種類の増やし方など、簡単メニューについて楽しく学ぶ教室です。

日時 6月9日(火)午前10時～11時

30分

会場 保健センター

対象 平成19年8～10月生まれの

乳児とその保護者

定員 15組(先着順)

内容 7か月以降の離乳食のポイ

ント/離乳食調理デモンストラ

ション/みんなで話そう「離乳食

と育児について」など

申込み 5月21日(木)午前8時30分か

ら、電話で保健センターへ

※対象のお子さん以外を連れての参

加は、遠慮してください。

### + 胃がん・肺がん検診

日時 ①6月21日(日)②7月1日(水)

いずれも午前7時30分～

会場 保健センター

対象 40歳以上の市民の方

定員 ①100人②50人

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

○聞き取りにより、喫煙者および血痰

のある方には喀痰検査を行います。

○次に該当する方は、受診できません。

①妊娠中、妊娠の可能性のある方

②胃や肺に病気があり治療中の方

申込み 5月19日(火)午前8時30分か

ら、電話または直接保健センターへ

### + 子宮がん検診

日程 6月1日(月)～11月30日(月)

実施医療機関 三枝産婦人科・尾形

産婦人科クリニック・よりみつレ

ディースクリニック

対象 検診日現在、20歳以上の市

民で、昨年度未受診の女性の方

費用 無料

申込み 5月20日(水)～11月18日(水)に、

電話または直接保健センターへ

### + 乳がん検診

日程 6月1日(月)～11月30日(月)の

指定日(土・日曜日、祝日を除く)

午前8時20分～(1時間30分程度)

実施医療機関 公立福生病院

対象 検診日現在、40歳以上の市

民で、昨年度未受診の女性の方

定員 600人(1日3～8人・

先着順)

費用 1600円(マンモグラフィ

2方向)

※検診日当日に病院で支払い。

内容 問診、視触診およびマンモ

グラフィ検査(乳房X線撮影)

申込み 5月20日(水)から、電話また

は直接保健センターへ

### + 女性のための健康づくり講座

～女性のライフステージとヘルスケア～

女性のライフステージに焦点をあ

て、女性のからだを大切にすること

の意味やその方法について、わかり

やすく話します。

日時 7月4日(土)午後2時～4時

会場 福祉センター1階会議室

対象 市内在住・在勤の方

定員 100人(先着順)

費用 無料

講師 依光あゆみさん(よりみつ

レディースクリニック院長)

申込み 5月21日(木)午前8時30分か

ら、電話で保健センターへ

※保育はありません。

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)

★どうぶつ公園から“こんにちは”  
★どうぶつ公園から“こんにちは”

**おかゆのママ、もうすぐ出産**

5月の別名は「臯月（さつき）。動物公園で「さつき」と言えば、シロテテナガザルの雌です。去年、育児放棄されて人工保育で育った「おかゆ」のお母さんです。

今年もお腹が大きく、そろそろ生まれそうです。今回はちゃんと育ててくれるでしょうか？

皆さんも応援してくださいね。



▲さつき

問合せ 動物公園

May

5月

**■ 5月後半の休日診療**

[休日]	羽村相互診療所	☎ 554-5420
17日(日)	[準夜] 福生市保健センター	☎ 552-0099
	[歯科] 中野歯科医院	☎ 554-7053
[休日]	松田医院	☎ 554-0358
24日(日)	[準夜] 福生市保健センター	☎ 552-0099
	[歯科] 本田歯科医院	☎ 554-5902
[休日]	小作駅前クリニック	☎ 578-0161
31日(日)	[準夜] 平日夜間急患センター	☎ 555-9999
	[歯科] 平三歯科医院	☎ 554-0066

[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もあります。

注意してください。

※上記の時間以外は、東京都医療機関案内サービス「ひまわり」  
☎ 03-5272-0303 (24時間対応) へ

問合せ 保健センター

**■ 水道の漏水などの問合せ**

水道事務所または、鈴木土建㈱ (☎ 554-2414) へ

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
<b>はむら健康の日</b> ～わたしもあなたもみんな参加～ 日時 5月17日(日)午前10時～午後2時 会場 保健センター		<b>春の市内いっせい美化運動・花いっぱい運動</b> 期日 5月24日(日) 会場 市内各所			<b>15</b> ☒ [休] 館内整理日 ☑ お好み講座(俳句) 午前10時～ ☒ あそびのポケット 午前11時～ ☒ 入会説明会 午後1時30分～	<b>16</b> 市土・日開庁 富士見公園 第32回青空市 午前9時～ ☒ 小学生向けおはなし会 午前11時～
<b>17</b> 市土・日開庁	<b>18</b> ☑ [休] 臨時休館日	<b>19</b> ☒ おしゃべり場 午前10時～ ☑ お好み講座(民踊) 午後0時30分～	<b>20</b> ☒ スポーツの日(バドミントン) 午後3時受付	<b>21</b> ☑ お好み講座(華道) 午前10時～	<b>22</b> ☑ お好み講座(碁・将棋) 午前10時～ ☒ こぐまひろば 午前11時～ ☒ あそびのポケット 午前11時～	<b>23</b> 市土・日開庁
<b>24</b> 市土・日開庁	<b>25</b>	<b>26</b> ☑ お好み講座(民踊) 午後0時30分～	<b>27</b> ☒ スポーツの日(ドッジボール) 午後3時受付	<b>28</b> ☒ あそびのポケット 午前11時～	<b>29</b> ☑ お好み講座(碁・将棋) 午前10時～	<b>30</b> 市土・日開庁
<b>31</b> 市土・日開庁						<b>30</b> 市土・日開庁

市 市役所(出) ☎ 555-1111	羽村駅西口連絡所(出) ☎ 554-8320	三矢会館連絡所(出) ☎ 554-8214	小作台連絡所(出) ☎ 554-9656	生涯学習センターゆとろぎ(月) ☎ 570-0707	図書館(月) ☎ 554-2280	スポーツセンター(月) ☎ 555-0033	スイミングセンター(月) ☎ 579-3210	弓道場(月) ☎ 555-9255	郷土博物館(月) ☎ 558-2561	水道事務所(出) ☎ 554-2269	コミュニティセンター ☎ 554-8584								
市民活動・ボランティアセンターはむら(月) ☎ 578-5252	福祉センター ☎ 554-0304	いこいの里(月の最終日曜日) ☎ 578-0678	地域包括支援センター 市役所内(出) ☎ 579-7785	地域包括支援センター相談連絡所 いこいの里(出) ☎ 579-0151	保健センター(出) ☎ 555-1111	平日夜間急患センター ☎ 555-9999	子ども家庭支援センター(出) ☎ 578-2882	産業福祉センター(月) ☎ 579-6425	中央児童館(金) ☎ 554-4552	西児童館(火) ☎ 554-7578	東児童館(木) ☎ 570-7751	富士見斎場 ☎ 555-6269	リサイクルセンター(出) ☎ 578-1211	消費生活センター(出) ☎ 555-1111	羽村駅西口土地区画整理事務所(出) ☎ 570-7474	農産物直売所 ☎ 579-5467	動物公園(月) ☎ 579-4041	自然休暇村 ☎ 0551-48-4017	シルバー人材センター(出) ☎ 554-5131

※ ( ) 内は休館日