

健康

インフォメーション

information

保健センター

Tel.555-1111 (市役所代表)

踏み出そう 健康づくりも 一歩から

平成 20 年度健康づくり標語



あなたの味つけ大丈夫？
調味料、上手に使って
高血圧予防！

料理をするとき、自分の舌に頼って、つい濃い味付けになつていませんか。

日ごろの食習慣を振り返り、高血圧予防の要となる「減塩」のテクニクを身に付けるチャンスです。ぜひ、参加してください

日時 7月24日(木)午前9時30分～午後0時30分

会場 保健センター

定員 30人(先着順)

費用 300円(材料費)
持ち物 エプロン・三角巾・筆記用具

※みそ汁の塩分測定希望の方は、みそ汁180mlを持参してください。

申込み 7月7日(月)から、電話で保健センターへ

成人歯科健診実施中！

7月31日(木)まで

対象 40～64歳の市民の方

※事前に市内協力医療機関に予約してから受診してください。

※65歳以上の方は、9・10月に行います。

※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。

平日夜間急患センター を利用してください

平日の夜間に急な発熱などの症状が出た場合には、平日夜間急患センターで診療を受けることができます。

診療時間 午後7時～10時30分
(受付は午後10時15分まで)

赤ちゃん準備クラス (両親学級)

日時 8月10日(日)①午前10時～正午②午後2時～4時

会場 保健センター

対象 主に初産で妊娠中の方とその家族

※一人での参加も可。

定員 各回15組(先着順)

持ち物 母子健康手帳・筆記用具・父親ハンドブック

(母子保健バックに同封されたもの。お持ちでない方は当日差し上げます。)

内容 赤ちゃんの入浴、おむつ交換の仕方、ミルクのつくり方などの育児全般

申込み 電話または直接保健センターへ

★出産前に赤ちゃん準備クラスに参加した 夫婦に話を聞きました

パパのコメント

「練習はしたけれど、実際は動くし、泣くし、蹴飛ばすし、大変です！」

ママのコメント

「講習会に参加したことで、パパにも新しい家族を迎える心の準備ができたようで、今はとっても協力してくれます。」



▲赤ちゃん準備クラスで沐浴指導などを受けたパパ・ママと彩花ちゃん(生後4か月)

診療科目 内科・小児科
所在地 羽村市緑ヶ丘5-1-2
電話番号 555-9999

案内しています。活用してください。
医療機関案内(24時間体制)
電話受付

※ホームページは、「東京都ひまわり」で検索することができます。

医療機関案内サービス 「ひまわり」を活用して ください

東京都では、24時間電話とインターネットで医療機関を

電話受付

☎ 03-5272-0303

URL <http://www.himawari.metro.tokyo.jp/>

携帯電話URL

<http://www.himawari.me>

<http://www.himawari.me>

<http://www.himawari.me>

聴覚・言語障害者向け相談

フックス受付

FAX 03-5285-8080

外国語相談(英語・中国語・ハ

ンガル・タイ語・スペイン語)

☎ 03-5285-8181

(午前9時～午後8時)

7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)	2日(水)	午後1時30分～ 4時30分	市民相談室 (市役所内) 555-1111	
税務相談 (予約が必要です)	1日(火)			
登記相談 (実施日の1週間前からの予約制)	9日(水)			
住宅なんでも相談	16日(水)			
行政・人権 の上相談	17日(木)			
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)	7月 3日(木) 11日(金) 8月 26日(土) 7日(木) 15日(金) 23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) <福生市> 9日(水)・23日(水)	午後1時30分～ 4時30分 午前9時～午後1時	福祉事務所相談室 555-1111 ※予約は市民相談係へ 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		
健康・体力相談	18日(金)	午前10時～11時30分	スポーツセンター 555-0033	
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 (羽村市地域包括 支援センターは 月～金曜日)	午前9時～午後7時 土曜日は午後5時まで (羽村市地域包括支援センターは午後5時まで) *電話は24時間対応	羽村市地域包括支援センター (羽村市役所内)579-7785 地域包括支援センター 相談連絡所 「いこいの里」579-0151 「羽村園」555-8815	
介護相談				
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
	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		
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 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 26日(土)	午後2時～4時	555-1210	

税金などの納期

- 平成20年度
 - 固定資産税・都市計画税(第2期)
 - 国民健康保険税(第1期)
 - 介護保険料(第1期)
 - 後期高齢者医療保険料(第1期)
 - 7月31日(木)

問合せ 納税課納税担当

人口と世帯

■ 人口と世帯 (平成20年6月1日現在)

男 29,410人(95)
女 28,142人(-13)
計 57,552人(82)
*うち外国人登録 1,766人
世帯数 24,548世帯(83)
()は前月比

■ 5月中の異動人口

出生 43人/死亡 31人
転入 313人/転出 243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
※7月21日(月)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

水道の漏水などの問合せ

水道事務所または鈴木土建(株)までお願いいたします。
水道事務所 ☎554-2269
鈴木土建(株) ☎554-2414

シルバー人材センター 入会説明会

7月15日(火)午後1時30分～3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



ヤブカンゾウ
ゆり科



7月の休日診療

[休日]	柳田医院	☎ 555-1800
7月 6日(日)	[準夜] 平日夜間急患センター	☎ 555-9999
	[歯科] 金子デンタルクリニック	☎ 554-1503
[休日]	羽村三慶病院	☎ 570-1130
7月 13日(日)	[準夜] 福生市保健センター	☎ 552-0099
	[歯科] くさか歯科	☎ 555-7793

[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。

問合せ 保健センター

たく長い茎に濃いオレンジ色の花は、梅雨空に掲げる篝火のようです。そしてめくるめく日差しよりなお明るく、梅雨の終わりを告げています。一重咲きのノカンゾウとともに、畦道や野原などどこにでも生えていましたが、今ではあまり見られなくなりました。

(写真・文) 中島勝衛さん

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
<p>— アート in はむら展Ⅷ — 日 時 7月1日(火)～13日(日) 午前10時～午後10時 (最終日は午後4時まで) ※7月7日(月)は休館。 会 場 ゆとろぎ館内</p>		1 ☐ お好み講座 (民踊) 午後0時30分～	2 ☑ スポーツの日 (ビーチバレー) 午後3時受付	3 ☑ 手話通訳 午前9時～正午 ☐ お好み講座 (華道) 午前10時～ ☑ こぐまひろば 午前11時～	4 ☐ お好み講座 (碁・将棋) 午前10時～	☑ 市土・日開庁 5 ☑ ハーブ鑑賞会 午前11時～
☑ 市土・日開庁 6 ☑ 市内 青少年社会参加実践活動 午前9時～(東地区は午前8時～) ☑ 日曜開館 午前9時～正午 午後1時～4時	7 ☑ 西 こぐまひろば 午前11時～	8 ☑ 東 あそびのポケット 午前11時～ ☐ お好み講座 (民踊) 午後0時30分～	9 ☑ 図 赤ちゃん向けおはなし会 午前11時～ ☑ 東 スポーツの日 (ドッジボール) 午後3時受付	10 ☑ 中 おしゃべり場 午前10時～ ☑ 東 こぐまひろば 午前11時～	11 ☑ 西 おしゃべり場 午前10時～ ☐ お好み講座 (碁・将棋) 午前10時～	☑ 市土・日開庁 12 ☑ 図 幼児向けおはなし会 午前11時～ ☑ 中 おもちゃの病院 午前10時～ 午後1時～
☑ 市土・日開庁 13 ☑ 中 子ども映画会 午前10時30分～	14	15 ☑ 東 おしゃべり場 午前10時～ ☐ お好み講座 (民踊) 午後0時30分～	<p>活力市 あさがお・ほおずき市 日 時 7月5日(土)・6日(日) 午前9時30分～午後5時30分 会 場 農産物直売所駐車場</p>		<p>★ 献血・結核検診 日 時 7月8日(火) 午前10時～正午、 午後1時15分～3時45分 会 場 市役所西側駐車場★</p>	

- | | | |
|-------------------------------|--------------------------------|-------------------------------------|
| ☑ 市役所 (土・日) ☎ 555-1111 | ☑ コミュニティセンター ☎ 554-8584 | ☑ 中央児童館 (金) ☎ 554-4552 |
| ☑ 羽村駅西口連絡所 (土・日) ☎ 554-8320 | ☑ 福祉センター ☎ 554-0304 | ☑ 西 児童館 (火) ☎ 554-7578 |
| ☑ 三矢会館連絡所 (土・日) ☎ 554-8214 | ☑ いこいの里 (月の最終日曜日) ☎ 578-0678 | ☑ 東 児童館 (月) ☎ 570-7751 |
| ☑ 小作台連絡所 (土・日) ☎ 554-9656 | ☑ 地域包括支援センター | ☑ 産 産業福祉センター (月) ☎ 579-6425 |
| ☑ 生産学習センターゆとろぎ (月) ☎ 570-0707 | ☑ 市役所内 (土・日) ☎ 579-7785 | ☑ リ サイクルセンター (土・日) ☎ 578-1211 |
| ☑ 図書館 (月) ☎ 554-2280 | ☑ 地域包括支援センター相談連絡所 | ☑ 消 消費生活センター (土・日) ☎ 555-1111 |
| ☑ スポーツセンター (月) ☎ 555-0033 | ☑ いこいの里 | ☑ 区 羽村駅西口土地区画整理事務所 (土・日) ☎ 570-7474 |
| ☑ スイミングセンター (月) ☎ 579-3210 | ☑ 羽村園 ☎ 555-8815 | ☑ 農 農産物直売所 ☎ 579-5467 |
| ☑ 弓道場 (月) ☎ 555-9255 | ☑ 保健センター (土・日) ☎ 555-1111 | ☑ 動 動物公園 (月) ☎ 579-4041 |
| ☑ 郷土博物館 (月) ☎ 558-2561 | ☑ 平日夜間急患センター ☎ 555-9999 | ☑ 休 自然休暇村 ☎ 0551-48-4017 |
| ☑ 水道事務所 (土・日) ☎ 554-2269 | ☑ 子ども家庭支援センター (土・日) ☎ 578-2882 | |

※ () 内は休館日