

施設から

ゆとりぎ

☎570-0707

羽村市の生涯学習ホームページの一時停止

公共施設予約システムの臨時メンテナンス作業を行うため、次の日時点で羽村市の生涯学習ホームページを一時停止します。ご了承ください。

日時 11月8日(月)午前9時～午後5時
※作業の進捗よく状況により、変更する場合があります。

図書館

☎554-2280

図書館ホームページの一時停止

システムのメンテナンス作業を行うため、次の日時点で図書館ホームページを一時停止します。

ホームページの閲覧だけでなく、資料検索などの各種情報の検索もできなくなります。ご了承ください。

日時 11月8日(月)午前9時～10時・15日(月)午前9時～16日(火)午後5時
※作業の進捗よく状況により、変更する場合があります。

保健センター

☎555-1111

健康インフォメーション

第18回健康づくり標語コンクール 受賞作品決定

応募総数82点から、平成23年度の健康づくり標語が決まりました。応募ありがとうございました。

優秀作

「健康はあなたが始める 一歩から」
千本一枝さん

佳作

「睡眠は健康のバロメーター」
宮崎春江さん
「受けようよ からだの点検 健康診断」
宇坪留美子さん

男性のためのダイエット講座

体重コントロール成功の秘訣

ダイエットに取り組む気持ちはあるけれど、「二歩踏み出せない」「長続きしない」などの悩みのある方へ、無理なくダイエットに取り組み、継続できる秘訣を紹介いたします。

日時 11月27日(土)午後2時～4時
会場 保健センター
対象 市内在住の男性の方
定員 30人(先着順)

費用 無料

内容 保健師・管理栄養士による講座、簡単な運動

申込み 11月2日(火)午前8時30分から、電話または直接保健センターへ
※当日は動きやすい服装でお越しください。

もぐもぐ教室～離乳食中期・後期教室～

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、簡単にニューについて楽しく学ぶ教室です。

日時 12月2日(木)午前10時～11時30分
会場 保健センター
対象 平成22年2月～4月生まれの乳児とその保護者

定員 15組(先着順)
申込み 11月9日(火)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。

こころの健康づくり講座

統合失調症の理解と対応～回復を促すために周囲の人ができること～

統合失調症は、考えや気持ちが変わらない状態が続く「心の病気」です。統合失調症の回復のためには、家族や周囲の方の協力が大きな助けとなります。精神科医が統合失調症の理解と対

応について具体的に話します。

日時 12月2日(木)午後2時～4時
会場 ゆとりぎ講座室1
対象 市内在住・在勤の方
定員 70人(先着順)
参加費 無料
※保育はありません。

講師 植田宏樹さん(秋川病院院長)
申込み 11月2日(火)午前8時30分から、電話または直接保健センターへ

インフルエンザを予防しよう

気温が低くなり空気が乾燥すると、インフルエンザが流行する可能性があります。感染予防に努めてください。

■予防のポイント

- ①せきエチケットの実行
 - せきやくしゃみの症状があるときは、必ずマスクを着用
 - せきやくしゃみをするときは、口と鼻をティッシュペーパーやハンカチで覆い、顔をそむける
 - 鼻水やたんなどを含んだティッシュペーパーは、すぐにごみ箱に捨て、手を洗う
- ②せきの症状がある場合は、人ごみへの外出を避ける
- ②日ごろから睡眠を充分にとり、栄養のバランスのとれた食事をするこころを心掛ける
- ③予防接種を受ける

■ 11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)	11月10日(水) 12月1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)	11月5日(金) 12月7日(火)		
行政・人権 身の上相談	18日(木)		
住宅なんでも相談 (予約が必要です)	17日(水)	午後1時30分～ 3時30分	市民相談室 (市役所内) 555-1111
外国籍市民生活相談 (スペイン語・韓国語) (予約が必要です)	12日(金)・26日(金)		
法律相談 (実施日の1か月前 からの予約制)	11月4日(木) 12月1日(水) 12月27日(土) 12月2日(木) 12月10日(金) 12月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> 17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> 10日(水)・24日(水)	午前9時～午後1時	福生市役所第1相談室 551-1568 ※予約は広報広聴係へ
健康栄養相談	11日(木)・25日(木)	午後1時30分～3時	保健センター 555-1111
育児相談	18日(木)	午前10時～11時	
特別金融相談 (前日までに予約)	9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～金曜日 (相談連絡所… 月～土曜日)	市役所午前8時30分～ 午後5時15分 羽村園午前8時30分～ 午後5時 相談連絡所午前9時～ 午後5時	地域包括支援センター (市役所内) 579-7785・555-1111 地域包括支援センター (羽村園)555-8815 相談連絡所「いこいの里」 579-0151
介護相談	月～土曜日	午前9時～午後6時	
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 555-1111
母子自立支援員生活 相談(前日までに予約)	7日(日)	午前9時～正午 午後1時～4時	
「子どものこころ」 ちょこっと相談	中央児童館… 18日(木) 東児童館… 30日(火)	午前9時30分～ 正午	子ども家庭支援センター 578-2882
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
	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(児)相談	月～金曜日	午前8時30分～ 午後5時15分	障害者地域活動 支援センターあおば 555-1210
	ピアカウンセリング (身体障害) 27日(土) (精神障害) 29日(月)・30日(火)	午後1時～4時	フリーダイヤル 0120-294-992 ※ピアカウンセリング (精神障害)のみ

■ 税金などの納期

■ 平成22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5期)

→ 11月30日(火)

問合せ 納税課納税担当

■ 人口と世帯

■ 人口と世帯(平成22年10月1日現在)

男 29,401人(-6)

女 28,345人(-20)

計 57,746人(-26)

*うち外国人登録 1,588人

世帯数 24,885世帯(-22)

()は前月比

■ 9月中の異動人口

出生 47人/死亡 37人

転入 179人/転出 215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

※11月3日(水)・23日(火)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)

■ 11月の実施日時

→ 11月10日(水)・24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(12月分)

受付期間 11月16日(火)～25日(木)

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

花のたより

ラッカセイ まめ科
 花言葉 仲良し

南米原産で、300余年前に伝来したといひ、明治期以降各地で栽培されています。

霜が降りなくなったところに種子をまくと、夏の間、黄色の小さな花が次々に咲きますが、葉の陰になって目立ちません。花が終わると先端が土に入り、実を結ぶところが落花生のいわれです。



(写真・文) 中島勝衛さん

※花言葉は出典により異なることがあります。

November 11月

■ 11月前半の休日診療

3日(水) 文化の日	[休日] 柳田医院 [準夜] 丸野医院 (瑞穂町) [歯科] 生駒歯科羽村診療所	☎ 555-1800 ☎ 556-5280 ☎ 555-3139
7日(日)	[休日] 双葉クリニック [準夜] 平日夜間急患センター [歯科] いながき歯科	☎ 570-1588 ☎ 555-9999 ☎ 555-6018
14日(日)	[休日] 松原内科医院 [準夜] 福生市保健センター [歯科] 井上歯科医院	☎ 554-2427 ☎ 552-0099 ☎ 554-7735

[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	
31 市土・日開庁	1	2 ☐ お好み講座 (民踊) 午後0時30分～	3 文化の日	4 市 手話通訳 午前9時～正午 ☐ お好み講座 (華道) 午前10時～ 中 こぐまひろば 午前11時～	5 ☐ お好み講座 (碁) 午前10時～ (将棋) 午後1時～ 東 あそびのポケット 午前11時～ 西 こぐまひろば 午前11時～	6 市土・日開庁	
7 市土・日開庁 U 日曜開館 午前9時～正午 午後1時～4時	8	9 ☐ お好み講座 (民踊) 午後0時30分～	10	11 中 おしゃべり場 午前10時～	12 西 おしゃべり場 午前10時～ 東 こぐまひろば 午前11時～	13 市土・日開庁 中 おもちやの病院 午前10時～ 午後1時～ ☒ 幼児向けおはなし会 午前11時～	
14 市土・日開庁 ゆ 子ども映画会 午前10時30分～	15 シ 入会説明会 午後1時30分～ 中 ファミリー天体観測会 午後6時～	第41回 羽村市産業祭 日時 11月6日(土)・7日(日) 午前10時～午後4時 会場 富士見公園					
青少年健全育成の集い 日時 11月13日(土) 午前9時30分～10時20分 青少年&子どもフェスティバル 日時 11月13日(土) 午前11時～午後3時・14日(日) 午前10時～午後3時 ▶会場 いずれもゆとろぎ							

- 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
- 特別養護老人ホーム羽村園内(出) ☎ 555-8815
- 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)(日) ☎ 578-1211
- 消費生活センター(出)(日) ☎ 555-1111
- 羽村駅西口土地区画整理事務所(出)(日) ☎ 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)(日) ☎ 554-5131

※ () 内は休館日