

平成25年度スポーツリーダー養成講習会

スポーツ団体の指導者、運動や食事に関心のある方など、どなたでも気軽に参加してください。前提となる知識や経験は必要ありません。

全日程に参加した方は、羽村市スポーツリーダーとして認定します。

対象 20歳以上の方

定員 80人(先着順)

参加費 無料

持ち物 筆記用具

※2月9日(日)・15日(土)は体を動かします。動きやすい服装でお越しください。
申込み・問合せ 1月25日(土)までに、スポーツセンターで配布する申込書に記入しファクス・Eメールまたは直接スポーツセンターへ
 ☎ 55510033 FAX 55419974
 ✉ st05005@city.hamura.tokyo.jp

※申込書は市公式サイトからダウンロードすることができます。

■講習会プログラム

期日	内容・時間	講師
① 2月2日(日)	スポーツ基本法と羽村市のスポーツ推進 (午後1時40分～2時40分) 市や国のスポーツ推進の現状を学ぶとともに、市がスポーツリーダーに期待することについて、理解を深めます。	堀松英紀 (羽村市教育委員会スポーツ推進課長)
	スポーツ界における暴力・ハラスメントについて (午後3時～4時30分) スポーツリーダーの暴力・ハラスメントの問題について学びます。	鈴木知幸さん (順天堂大学客員教授・日本スポーツ法学会理事)
② 2月9日(日)	運動と食事(栄養・運動中の水分補給含む) (午後1時30分～3時) スポーツをする方の栄養の摂り方(食事で気をつけること)や水分補給などの基礎を学びます。青少年の保護者は、実生活でも役立ちます。	古田裕子さん (早稲田大学オープン教育センター非常勤講師・健康運動指導士・薬剤師)
	ウォーミングアップとクーリングダウンの理論と指導法(実技含む) (午後3時30分～5時) ウォーミングアップとクーリングダウンの必要性や重要性についての理論はもちろん、簡単な指導方法や、代表的なストレッチングについて実技を交えて学びます。	秋田裕子さん (AFAA公認フィットネスインストラクター)
③ 2月15日(土)	スポーツ事故の法的責任とリーダーとしての役割 (午後1時30分～3時) スポーツにおける事故について、起こり得る責任問題などを理解し、事前にはしておかなければいけない事務や点検などについて学びます。	日野一男さん (実践女子短期大学教授・日本スポーツ法学会監事)
	心肺蘇生法(CPR)実習(AED使用法含む) (午後3時30分～5時) AED(自動体外式除細動器)による心肺蘇生法や、意識不明状態の方への対応について学びます。	田中秀治さん (国士舘大学体育学部スポーツ医科学科教授・医学博士)

※会場は、①…ゆとろぎ、②・③…スポーツセンターです。
 ※3日間の講座のうち、1日だけの参加も可能です。

こころの健康セミナー

そうだったのか！うつ病を正しく理解する講座

頭痛・肩こり・眠れない…うつ病はこのような体の症状をあらわすことがあります。

自分自身のため、家族や身近な人のため、うつ病について正しく理解しましょう。

日時 2月27日(木)午後2時～4時

会場 ゆとろぎレセプションホール

対象 市内在住・在勤の方

定員 50人(先着順)

講師 植田宏樹さん(秋川病院院長)

おかあさんのためのリラククス教室

くゆったりした気持ちになれる話&イライラ解消のための呼吸法

子育てに、家事に、仕事に忙しいママ。ココロとカラダがほっこりする話を聞きに来ませんか。

きつとゆったりした気持ちで子どもと向き合えるようになりたい。保育はありませんが、お子さんを連れて参加できます。

日時 2月28日(金)午前10時～正午

会場 ゆとろぎレセプションホール

対象 市内在住・在勤の方

定員 50人(先着順)

講師 山品敦子さん(臨床心理士)

申込み・問合せ いずれも事前に、電話で保健センターへ

☎ 55511111 ☎ 624

第6弾発売決定!

羽村にぎわい商品券取扱加盟店募集

羽村市商工会が販売しこれまで大変好評だった「羽村にぎわい商品券」の第6弾として、昨年同様、総数2万冊を販売します。

羽村にぎわい商品券第6弾

10%お得な商品券です。

販売日 2月23日(日)

販売総数 2万冊

販売価格 1冊1万円(500円券×22枚つづり)で1万1000円分利用できます。

※詳しくは、今後の広報はむらなどでお知らせします。



▲▶ 昨年の商品券発売時の様子



取扱加盟店募集

商品券を取り扱っていただける商店・事業所を広く募集します。市民の利便性を高め、市の経済を活性化するため多くの商店・事業所の参加をお願いします。

加盟には事前登録が必要です。加盟店の情報などは、新聞折込みなどを通じて積極的にPRします。

第6弾の商品券のテーマは、「子育て支援」です。「子育て支援」をテーマとしたキャンペーンを、併せて募集します。

参加資格 市内で経営している商店・事業所(性風俗関連特殊営業にかかわる商店・事業所を除く)

募集期間 1月9日(木)まで

登録方法 商工会窓口で配布する申込用紙に記入し、郵送・ファクスまたは直接商工会へ〒2005-1000 2羽村市栄町2-28-7 FAX 555-16210

※申込用紙は、羽村市商工会ウェブサイトでダウンロードすることができます。

問合せ 羽村市商工会 ☎ 555-16211 / 産業課経済対策係 ☎ 657

西多摩衛生組合で

小金井市の可燃ごみを受け入れています

小金井市から多摩地域ごみ処理広域支援体制実施協定に基づく可燃ごみ処理の広域支援の依頼があり、西多摩衛生組合で可燃ごみの一部について受入れを行っています。

小金井市の可燃ごみは、平成19年度以降全量を多摩地域の施設に支援を依頼して処理委託を行ってきましたが、平成25年度については、一部の可燃ごみの受入先がまだ決定していない状況にありました。

平成25年11月15日に小金井市から羽村市・青梅市・福生市・瑞穂町および西多摩衛生組合に対して広域支援の依頼があり、西多摩衛生組合および組合構成市町と対応を慎重に検討した結果、支援依頼を受諾することとしましたので、お知らせします。

大島町へ義援金を送金しました

台風26号による土石流災害により甚大な被害を受けた大島町への義援金として、皆さんからお預かりした20万8161円を、11月29日付で大島町の窓口へ直接送金しました。

市では、今後も継続して大島町の支援に取り組んでいきます。ご協力をお願いいたします。

※義援金の送金内訳など詳しくは、市公式サイトをご覧ください。

問合せ 企画政策課企画政策担当 ☎ 313



▲西多摩衛生組合

問合せ 生活環境課生活環境係 ☎ 222 / 西多摩衛生組合 ☎ 554-2409