

## 子育て



### ハロー赤ちゃんクラス(両親学級)

▼日時 1月18日(日)①午前10時〜正午②午後2時〜4時  
 ※申込時に①または②のどちらかを選んでください。

会場 保健センター／対象

市内在住の妊婦およびその家族(1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・父親ハンドブック・筆記用具／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

### もぐもぐ教室／離乳食生後7か月以降講座

離乳食をゴックンと飲み込むことが上手になったら、もぐもぐ・かみかみに進みましょう。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 1月21日(水)午前10時

11時30分／会場 保健センター／対象 平成26年3月16日〜5月31日生まれの乳児とその保護者／定員 15組(先着順)／内容 離乳食のポイント・離乳食調理デモンストラクション・試食(保護者の方が試食します)・みんなで話そう「離乳食と育児について」

### 新しい(親)医療証の送付

1月1日(木)から、ひとり親家庭等医療費助成制度の「(親)医療証」が新しくなります。新しい医療証(桃色)を12月下旬に送付します。期限の切れた医療証(ふじ色)は、子育て支援課に返却してください(郵送可)。

次のような場合は、必ず届け出てください。

- ① 家族・同居人の状況(住所など)に変更があった場合
- ② 加入している保険の内容に変更があった場合

## 福祉



### 臨時福祉給付金の申請を忘れずに

臨時福祉給付金の申請期限は12月26日(金)までです。まだ申請をしていない支給対象者は忘れずに申請してください。申請は郵送または窓口で受け付けています。

▼支給対象者 平成26年1月1日時点で羽村市に住民登録があり、平成26年度の市・都民

- ③ 医療費助成対象者が施設に入所した場合
  - ④ 心身障害者の医療証の交付を受けた場合
  - ⑤ 事実上婚姻状態(同居など)になった場合
  - ※③〜⑤に該当する場合は、助成の対象になりません。
  - ※届け出が遅れると、さかのぼって医療費を返していたことがありません。
  - ※現在医療証を持つている方で、現況届を未提出の方は、至急提出してください。
- ① 問合せ 子育て支援課 支援係 ☎ 235

## 募集



### 市営住宅入居者募集

現在空いている部屋の入居者を募集します。また、平成27年3月31日までに美原団地で、空き部屋ができた場合の入居者も併せて募集します。

▼募集住宅 美原団地(羽西1-7-7)・3DK・1戸お

よび平成27年3月31日までに美原団地に生じる空き部屋 ※使用料は世帯の所得により決定します。

申込資格 申込者本人が2年以上市内に居住している3人以上の世帯

※そのほか、市税の滞納のないこと・所得制限などがあります。詳しくは「募集案内」をご覧ください。

申込み 12月15日(月)〜24日(水)(土・日曜日、祝日を除く)の午前8時30分から午後5時までに、直接市役所2階建築課維持管理係へ

決定方法 1月8日(木)公開抽選

※12月24日(水)までに応募がなかった場合は、12月25日(木)以降、先着順で受け付けます。申込みにあたっては、建築課維持管理係へ事前に電話連絡をお願いします。

募集案内配布

▼配布日時 12月15日(月)〜24日(水)午前8時30分〜午後5時(祝日を除く)／配布場所 市役所2階建築課

※土・日曜日は1階案内で配布

① 問合せ 建築課維持管理係 ☎ 256

施設から



図書館

☎554-2280

みどりのまど冬号発行

図書館では年2回、最近発行された本の中から、小学生向けのおすすめの本を紹介しています。

「みどりのまど冬号」では、冬向けの楽しい本を掲載しています。図書館で配布しています。ぜひ、ご覧ください。

▼期間 12月26日(金)～1月31日(土)

※利用が集中するため、「みどりのまど冬号」掲載の本の貸出しは、1人2冊までです。

スイミングセンター

☎579-3210

年末年始のお知らせ

スイミングセンター施設ごとの年末の開館は、次のとおりです。

■プール・スポーツサウナ：12月24日(水)まで

■トレーニングルーム：12月28日(日)まで

■フィットネスプログラム(第2会議室開催)：12月19日(金)まで

■フィットネスプログラム(トレーニングルーム開催)：12月27日(土)まで

全館休館 12月29日(月)～1月3日(土)

※フィットネスプログラムは1月6日(火)から行います。

トレーニングプログラム

12月23日(火)クリスマス仮装イベント!!

ZUMBA(ズンバ)

ラテンの音楽に合わせて体を動かし脂肪燃焼。初めての方でも簡単に行える効果的なダンスエクササイズです。

クリスマス仮装をして楽しさアップ!!この機会に、ぜひ参加してください。

▼日時 12月23日(火)午前11時～正午/会場 2階会議室/定員 20人(先着順)/参加費 800円/持ち物 運動

できる服装・室内履き・飲み物・タオル/申込み 当日、直接2階サウナ受付へ

美ユティBody Wave

ゴムバンド「Body Wave」を柱・肩甲骨・骨盤帯をしなやかに動かすことで、体幹部のインナーマッスルをほぐし、美しい姿勢・美ボディラインを目指します。誰でも気軽に参加できます。

▼日時 12月23日(火)午後2時～3時/会場 2階会議室/定員 20人(先着順)/参加費 800円/持ち物 運動

できる服装・飲み物・タオル/申込み 当日、直接2階サウナ受付へ

※スイミングセンターウェブサイトにアクセスしてクーポンを印刷、当日提示すると、割引価格でレッスンに参加できます。



誰でもスキルUPレッスン

それぞれの目標やレベルに合わせて行います。初心者、さらに上達したい方、いろいろな泳法に挑戦したい方など、気軽に参加してください。スキルアップを目指しましょう。

▼日時 1月8日(木)～3月26日(木)の毎週木曜日

□高校生以上：午後4時～4時50分

□小・中学生：午後5時～5時50分

会場 スイミングセンタープール/参加費 1回500円/持ち物 水着・水泳帽・タオルなど/申込み 当日、直接プール受付へ

アクアビクス(水中エアロビクス)

泳げなくても大丈夫。水中で、楽しく体を動かしましょう。

▼日時 1月8日(木)～3月26日(木)の毎週木曜日午後3時～3時50分/対象 16歳以上の方/定員 35人(先着順)/

参加費

□市内在住・在勤の方：400円

□市外の方：600円

※いずれも保険料・入場料込み  
持ち物 水着・水泳帽・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1時50分～2時50分に、直接プール受付前へ

水中ウォーキング講習会

水の特性を活かしたさまざまな歩き方を紹介します。

▼日時 1月17日(土)午前10時～10時50分/対象 16歳以上の方/定員 30人(先着順)

参加費

□市内在住・在勤の方：400円

□市外の方：600円

※いずれも保険料・入場料込み  
持ち物 水着・水泳帽・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 当日の午前9時～9時50分に、直接プール受付前へ