

施設から



ゆとりぎ

☎ 570-0707

公共施設予約システムの停止

6月1日(月)は休館日と重なるため、公共施設予約システムを停止します。

随時予約申込みのできない期間

6月1日(月)午前0時～2日(火)午前9時

予約内容照会のできない期間

5月31日(日)午後5時～6月2日(火)午前8時40分

抽選結果発表

6月2日(火)午前8時40分

スイミングセンター

☎ 579-3210

トレーニングルームプログラム

かんたんボクササイズ

音楽に合わせて、簡単なボクシングの動作で全身運動を行っていきます。ストレッチを発散しながら、運動不足を解消し、二の腕やお腹を引き締

めていきます。

▼日時 毎週水曜日午後2時

～3時/会場 2階トレーニングルーム/定員 20人(先着順)/参加費(1回) 500円/持ち物 運動できる服装・室内専用靴・飲み物・タオル

ONE TWO ボクササイズ

音楽に合わせたボクシングの動作で、体幹部を意識し、動作の強弱により普段動かない部位を刺激します。全身のシェイプアップ力を高められ、お腹・お尻周り、二の腕に効果的です。

▼日時 毎週水曜日午後7時～8時/会場 2階トレーニングルーム/定員 20人(先着順)/参加費(1回) 500円/持ち物 運動できる服装・室内専用靴・飲み物・タオル

申込み いずれも、当日直接2階サウナ受付へ

※いずれも、水曜日が祝日の場合は休講です。

誰でもスキルUPレッスン

それぞれの目標やレベルに合った内容で行います。初心者はもちろん、今より上達し

たい方、いろいろな泳法に挑戦したい方など、みんなですキルアップを目指しましょう。

▼日時 6月4日(木)～7月23日(木)の毎週木曜日○大人クラス(高校生以上)：午後4時～4時50分、○子どもクラス(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/定員 ○大人30人(いずれも先着順)/参加費(1回) 500円/持ち物 水着・水泳帽・ゴーグル・タオル/申込み 当日、直接プール受付へ

泳げなくても大丈夫!水の中で、楽しく体を動かさせんか。

▼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(8月は行いません)/会場 スイミングセンタープール/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(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1階プール受付前へ

公立福生病院 市民公開講座

薬の飲み方と検査結果の見方について

福生病院組合から

公立福生病院 市民公開講座

公立福生病院の薬剤師と臨床検査技師が、薬の飲み方と検査値について話します。

ぜひ、お越しください。

▼日時 5月29日(金)午後3時～/会場 公立福生病院1階多目的ホール/定員 70人(先着順)/参加費 無料/講師 公立福生病院薬剤科科长 小松裕明、公立福生病院臨床検査科主査 米良隆志

※駐車場は有料です。公共交通機関を利用してお越しください。

※直接会場へお越しください。

☎問合せ 公立福生病院医事課 ☎ 551-1111

全国安全週間説明会

▼日時 6月4日(木)午後2時～4時30分/会場 ゆとりぎ小ホール/定員 200人(先着順)/参加費 無料/内容 全国安全週間の実施要綱についてなど/講師 青梅労働基準監督署安全衛生課長ほか

☎申込み・問合せ 5月15日(金)午前8時30分から、電話で商工会へ ☎ 555-6211

商工会から

全国安全週間説明会

▼日時 6月4日(木)午後2時

～4時30分/会場 ゆとりぎ小ホール/定員 200人(先着順)/参加費 無料/内容 全国安全週間の実施要綱についてなど/講師 青梅労働基準監督署安全衛生課長ほか

☎申込み・問合せ 5月15日(金)午前8時30分から、電話で商工会へ ☎ 555-6211

シルバー人材センターから

包丁研ぎを行っています

偶数月の原則第2木曜日に、包丁研ぎを行っています。ぜひ、利用してください。

▼今後の実施日時 6月11日(木)、8月13日(木)、10月8日(木)、12月10日(木)午前10時～午後3時(受付は午後1時まで)/会場 市民パトロールセンターはむら(羽村駅西口)/費用 1本300円

☎問合せ シルバー人材センター ☎ 554-5131

官公署などから

街頭労働相談を行います

東京都では、働く方、事業主、一般の方を対象として、街頭労働相談を行います。
賃金・労働時間・休日休暇・労働保険など労働条件に関することや、労使間のトラブルなどの相談を無料で受け付けます。
また、労働問題に関する各種資料も豊富にそろえ、無償で配布します。
気軽に利用してください。

▼日時 5月29日(金)午前11時～午後3時(荒天中止)／会場 伊勢丹立川店2階正面玄関右横(屋外)(JR中央線立川駅北口・多摩モノレール立川北駅すぐ)
※直接会場へお越しください。
◎問合せ 東京都労働相談情報センター 国分寺事務所 ☎042-3321-6110

第27回ムシ歯の誕生日

歯の衛生週間事業の一環として、体験型イベントと講演会を行います。

ぜひ、お越しください。

▼日時 6月6日(土)午後2時～4時／会場 羽村市保健センター／費用 無料

内容

○体験型イベント：キッズコーナー・口臭の測定・顕微鏡による歯垢の観察・電動歯ブラシの体験・型どりなど
※参加者には、記念品を差し上げます。

○ビンゴゲーム
○講演会：「美しく長生きする歯と口のエステ」
講師 竹前健彦さん(東京西の森歯科衛生士専門学校 理事長)

主催 羽村市歯科医師会／後援 西多摩歯科医師会・羽村市医師会・羽村市薬剤師会・多摩西部歯科技工士会・羽村市
◎問合せ まずは歯科医院 ☎551-8686

HIV検査を実施します！

西多摩保健所では、東京都の「HIV検査・相談月間」キャンペーンの時期に合わせて、HIV検査を行います。匿名で検査でき、予約不要で、費用は無料です。

▼検査日時 6月2日(火)午後

1時30分～4時30分／結果通知 6月9日(火)午後3時～4時30分
※結果は再度来所していただき、直接本人に伝えます。

会場 西多摩保健所1階／検査内容 HIV抗体検査
※希望する方は、性感症検査(クラミジア感染症・梅毒・淋菌感染症)も受けることができます。

※保健所では、常時エイズや性感症に関する相談に応じています。心配があれば検査・相談をしてください。

◎問合せ 西多摩保健所保健対策課 感染症対策係 ☎042-8122-6141

学卒求人申込説明会

ハローワーク青梅では、事業者を対象に、平成28年3月新規学校卒業生を対象とする求人申込方法についての説明会を行います。

▼日時 6月4日(木)午後1時～4時／会場 青梅市福祉センター12階集会室(青梅市東青梅1-177-3)／対象 新規学卒者の採用を予定している事業者

※直接会場へお越しください。
◎問合せ ハローワーク青梅 事業所部門学卒担当 ☎042-8124-8641

法務省東京保護観察所では「協力雇用主」を募集しています！

東京保護観察所では、非行歴のある少年などの抱える事情を理解した上で雇用し、立ち直りを支援する民間事業主「協力雇用主」を募集しています。立ち直りの決意を持った少年などを支え、健全な社会の一員となれるよう、ご協力をお願いします。
※詳しくは、問い合わせてください。

◎問合せ 法務省東京保護観察所 ☎03-3597-0137



福生消防署 普通救命講習を行っています

家族や同僚に万が一のことがあったら、救命の手助けができますか？
福生消防署では、普通救命講習を行っています。大切な人を救うため、ぜひ受講してください。

▼今後の実施日 5月16日(土)、6月21日(日)、7月11日(土)、8月16日(日)、10月18日(日)、11月14日(土)、12月13日(日)、1月16日(土)、2月21日(日)、3月12日(土)／時間 午前9時～午後1時／会場 福生消防署

※消防署の行事などにより、会場が扶桑会館(福生市福生1069-1)に変更となる場合があります。
定員 20人(先着順)／費用 1400円(テキスト代)
※受講日に支払ってください。
内容 心肺蘇生法・止血法・AED取扱い要領
※後日、救命技能認定証を交付します。

◎申込み・問合せ 事前に、電話で福生消防署救急係へ ☎5210119