

健康



平成29年度保健衛生事業日程表(乳幼児版・成人版)

広報はむら3月15日号とともに、平成29年度保健衛生事業日程表を配布しました。

お子さんの予防接種や健康診査、成人を対象とした各種検診日程などを掲載しています。ぜひ、活用してください。

●問合せ 保健センター ☎ 555-1111 内 623

審議会などの傍聴



第2回羽村市環境審議会

▼日時 3月22日(水)午前9時30分〜/会場 市役所2階204会議室/定員 5人(先着順)

※直接会場へお越しください。

●問合せ 環境保全課環境保全係 内 226

施設から



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

4月6日(木)から、新たなプログラム「K.O.B.A.式体幹バランストレーニング」が始まります。

K.O.B.A.式体幹バランストレーニング

体に優しいトレーニングで、初めての方でも参加できます。

ゴムチューブなどを使い体幹のインナーマッスルを鍛え、ぶれない軸を作りバランス強化、けが予防、お腹まわりのシェイプアップに効果的です。

▼日時 毎週木曜日午前11時〜正午

Hula pa i na

フラダンスの動きを取り入れたエクササイズです。南国の気分を味わい、楽しみながらお腹まわりを引き締めていきます。初めての方でも気軽に参加できます。

▼日時 毎週木曜日午前9時

30分〜10時30分
共通

▼会場 2階会議室/定員 20人(先着順)/参加費(1回) 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

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せんか?

▼日時 4月6日(木)〜5月25日(木)(5月4日(木・祝)を除く)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(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、直接プール受付前へ

スポーツセンター

☎ 555-0033

歩いて帳(平成29年度版)の配布

ウォーキングは誰もが気軽に行える健康法です。

1日に歩いた歩数や距離が記録できる「歩いて帳」を、3月15日(木)から無料で配布します。ウォーキングを継続させる力として、ぜひ利用してください。

▼対象 市内在住・在勤の方/配布場所 スポーツセンター・スイミングセンター

熱中症予防講習会

スポーツ活動中の熱中症を予防するための講習会を行います。ぜひ、参加してください。

▼日時 4月8日(土)午前10時〜11時15分/会場 2階会議室/参加費 無料/講師 千葉雅裕さん(大塚製薬(株)東京支店)

※直接会場へお越しください。

有料広告

不動産の購入・売却は当社へ

株式会社 **山一ホーム** YAMAKAZE HOME 設立 31年

(公財)全国宅地建物取引業協会会員 (公財)東京都宅地建物取引業協会会員 (公財)首都圏不動産公正取引協議会加盟

新築戸建 注文住宅
土地 マンション

☎ 0120-727-444

〒197-0012 東京都羽生市加美平2-14-1
TEL 042-539-7755
FAX 042-539-7766

広告掲載募集中

「広報はむら」に広告を掲載して、企業・事業所・商店などをPRしませんか。

申込みは、広告の掲載を希望する月の前々月の15日までです。

※詳しくは、市公式サイトをご覧ください。お問い合わせください。

問合せ 広報広聴課広報係 内 339

図書館

〒554-2280

図書館メールマガジンにご登録ください

図書館メールマガジンは、新着資料や図書館の催しなどのお知らせを毎週金曜日に携帯電話・スマートフォンやパソコンへ配信しています。

また、自身が関心のある分野でよく使われている語句を「キーワード」として登録すると、タイトル・サブタイトル・著者名などにそのキーワードが入っている資料の新着資料リストをメールでお知らせします。

図書館の利用が便利になるメールマガジンの登録をお願いします。

※携帯電話・スマートフォンの方は、次のQRコードから登録ページにアクセスできます。



▲メールマガジン QRコード

シルバー人材センターから

臨時職員募集

▼応募資格 ワード・エクセルの基本的操作ができる方／募集人員 1人／勤務日時 月18日間、午前9時～午後5時（土・日曜日、祝日、年末年始を除く）／勤務場所 シルバー人材センター（自動車通勤不可）／勤務内容 一般事務・窓口・電話対応など／雇用期間 4月1日～9月30日（以降の期間については協議により継続）／賃金（時給）960円／社会保険など 社会保険・雇用保険に加入／選考方法 書類選考後、面接／応募方法 市販の履歴書（写真貼付）に必要事項を記入し、3月23日（木）（必着）までに、郵送または直接シルバー人材センターへ（持参の場合は土・日曜日、祝日を除く午前8時30分～午後5時）

※不採用の場合は返却します。

◎応募先・問合せ シルバー人材センター ☎554-1513 1〒205-10014 羽村市羽東2-3-1

「英会話教室（入門・初級）ならし英語教室」受講者募集中！

英会話経験の豊富な会員が丁寧な指導します。見学は随時受け付けています。事前にシルバー人材センターへお越しください。

入門英会話教室

英語が話せればもつと楽しい。趣味や海外旅行で使える英会話を学びます。中学校で学んだことを思い出しながら学習を始めます。

▼日時 毎週火曜日（第5週目は除く）午後2時～3時30分／定員 5人

初級英会話教室

入門レベルはクリアし、さらにレベルアップを目指す人たちが、それぞれの目標にあわせて学習を続ける教室です。

▼日時 毎週火曜日（第5週目は除く）午後4時～5時30分／定員 若干名

ならし英語教室

小学校5・6年生を対象とした教室です。中学校進学に備えて、習得に時間が必要なスピーキング・

ヒアリング・ライティングなどをゆつくり着実に学習し、英語を得意科目にすることを目指します。

▼日時 毎週水曜日（第5週目は除く）午後4時～5時30分／定員 5人

共通

▼会場 シルバー人材センター 研修室／受講料（月4回（1回1時間30分））4500円（テキスト代込み）

◎申込み・問合せ 事前に、電話でシルバー人材センターへ ☎554-1513 1（土・日曜日、祝日を除く午前8時30分～午後5時）



有料広告

新築ではなくお得な新築そっくりさん
リフォームで
30年安心な住まいへ

- ① 建て替えなくても、新築そっくりさんリフォームで甦ります。
- ② 住友グループのスケールメリットを活かしたお得な安心価格
メーカー小売価格の65%OFF（当社標準仕様）
- ③ 追加費用なしで新築そっくりさんに！完全定価制
- ④ 品質・耐震は10万棟の実績安心・快適の証明です。
- ⑤ 安心のアフターサービス住宅設備10年保証

新築そっくりさん 20周年特典

- ① リフォームガイドブック
 - ② 人生を変えた12のリフォーム秘話
 - ③ 地震対策（耐震補強術）
 - ④ DVD「工事をされたお客様に聞きました」
- 4点無料プレゼント！
尚、只今無料耐震診断実施中！

資料請求・ご相談のお問合せ
住友不動産新築そっくりさん
〒190-0003 東京都立川市栄町6-1立飛ビル3号館2F
☎0120-813-750
承り時間 9時～20時 土日祝も承ります
「広報紙を見た」とお伝え下さい。
詳しくはホームページへ！
新築そっくりさん 東京 検索