

郷土博物館企画展

「鳥を楽しむー描く、あそぶー」

鳥は、私たちにとってとても身近な動物で、古くから絵の題材などとしても親しまれてきました。この企画展では、江戸時代に鳥を描いた本や現代の絵画、鳥の羽根を使ったあそび道具などを通じて「鳥を楽しむ」文化を見ていきます。

日時 5月26日(土)～9月2日(日)の午前9時～午後5時  
会場 郷土博物館企画展コーナー  
問合せ 郷土博物館 ☎558-2551  
(祝日以外の月曜日は休館日)

「ゆとろぎ想ひ出の映画鑑」の入場券の配布方法が変わります

「ゆとろぎ想ひ出の映画鑑」の入場券を事前配布に変更します。

※上映日の2週間前からゆとろぎ窓口で配布します(先着順)。

■第9回ゆとろぎ想ひ出の映画鑑 上映作品 「エデンの東」

日時 6月17日(日)午後2時～

(開場午後1時30分)

会場 ゆとろぎ小ホール(全自由席)

定員 252人

入場券 6月3日(日)から、ゆとろぎ窓口で配布(月曜日を除く午前9時～

午後8時)

※1人1枚です。

問合せ ゆとろぎ ☎570-0707



神津善行の楽しいお話とコンサート〜ビッグバンドによる終戦直後のジャズ・コンサート再現〜

クラリネット奏者・鈴木直樹さん、ソプラノ歌手・高橋薫子さんなど神津善行さんゆかりのゲストをお迎えして、終戦後のジャズ・コンサートを再現します。

日時 6月21日(木)午後2時～  
(開場午後1時30分)

会場 ゆとろぎ大ホール(全自由席)

定員 854人(先着順)

入場料 2000円(未就学児は入場不可)

チケット ゆとろぎ窓口で販売中(月

曜日を除く午前9時～午後8時)

共催 (公財)青梅佐藤財団・NP

○法人多摩の青少年を育てる会・羽

村市教育委員会

協力 ゆとろぎ協働事業運営市民の会

問合せ ゆとろぎ ☎570-0707



暮らし

春の市内いっせい美化運動・花いっぱい運動

期日 5月27日(日)

会場 市内全域

市内いっせい美化運動

年2回、町内会・自治会の皆さんに協力していただき、道路や公園、会館などの公共施設に捨てられたごみの回収を行い、市内をきれいにします。

集めたごみの出し方 「燃やせるごみ」と「燃やせないごみ」に分別し、午前9時まで

に町内会・自治会であらかじめ指定した場所へ持ち寄って

ださい。

※市内いっせい美化運動に使用するボランティア袋は、町内会・自治会を通じて配布します。

※一般家庭のごみは収集できません。

問合せ 生活環境課生活環境係 ☎205

花いっぱい運動

サルビア・マリーゴールド・ペコニアを合計10万鉢用意しました。市内が花いっぱいになるよう、ご協力をお願いします。

春の花いっぱい運動で植えた花は、7月ごろに行う平成30年度夏花いっぱいコンクールで審査します。

平成30年度春花いっぱいコンクール審査結果

町内会・自治会・事業所：花壇の部

最優秀賞 UR羽村団地自治会

優秀賞 川崎東町内会、川崎西町内会、五ノ神中町内会

町内会・自治会・事業所：街路の部

最優秀賞 富士フレイバー株

優秀賞 さかえ幼稚園、間坂第二町内会、小作台西町内会

学校・幼稚園・保育園の部

最優秀賞 羽村第二中学校、多摩学院幼稚園

優秀賞 羽村西小学校・羽村西少年野球クラブ、さかえ幼稚園、五ノ神幼稚園

稚園

このコンクールは平成29年11月12日に行った秋の花いっぱい運動で植えたチューリップとパンジーを審査したものです。

※優良賞など詳しくは、市公式サイトをご覧ください。

問合せ 産業振興課農政係 ⑥663 / 観光協会 ☎555-19667



▲昨年の花壇の部最優秀賞 (UR 羽村団地自治会)

### 自転車安全利用TOKYOキャンペーン実施中

自転車の交通ルールやマナーの向上を目指して、5月31日(木)まで自転車安全利用TOKYOキャンペーンを行っています。

**自転車安全利用五則**  
 ルールを守って正しく安全に乗りましょう

- ① 自転車は車道が原則、歩道は例外
- ② 車道は左側を通行

③ 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行

- ④ 安全ルールを守る
- ・ 飲酒運転、2人乗り、並進は禁止
- ・ 夜間はライトを点灯
- ・ 信号は守る

・ 交差点での一時停止と安全確認

⑤ 子どもはヘルメット着用  
 問合せ 防災安全課防犯・交通安全係 ⑨216

### 子育て

#### 子育てママのからだスッキリ教室

子育てママのからだの悩み「体重・体型」「肩こり・腰痛」「疲れ」をスッキリ解消！からだリフレッシュ！

日時 6月29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 市内在住の子育て中の母親  
 定員 15人(先着順)

持ち物 筆記用具、動きやすい服装・靴(普段着で良い)

内容 健康講座・お手軽ブチトレ(運動実習)・ひとくち試食つき栄養講座

※お子さん連れの方は、申込時に伝えてください(2歳以下の乳幼児対象)。

講師 健康運動指導士・管理栄養士・保健師

申込み・問合せ 5月17日(木)から、電話または直接保健センター⑨625へ



## オリ・パラ通信 14

### パラ パワーリフティング Para Powerlifting



東京2020パラリンピックの全22競技紹介の第11弾としてパラ パワーリフティングを紹介します。

#### 競技ルール

下肢(下半身)に障害のある選手が、ベンチプレス台に仰向けに寝て、上半身の力を使ってバーベル(重りの付いた棒)を持ち上げ、その重量の記録を競います。ルールはオリンピックで行われているウエイトリフティングとほぼ同じで、試技は1人1回ずつ順番に行い、3回の試技で最も重いバーベルを上げた選手が勝者となります。ただし、障害を考慮して「コーチが試技に付き添える」など、ルールの一部が変更されています。

#### 階級制

障害の種類や程度に応じたクラス分けではなく、体重別(男女各10階級)で行われます。下肢切断の選手はその分、体重が軽くなるため、切断の範囲に応じて自分の体重に一定の重量が加算されます。

#### ベンチプレス台

下肢を含めた体全体が乗るよ

うに作られた特殊な構造をしていて、下肢に障害があっても力が発揮できるよう、下半身を固定できるようになっています。足を床につけない状態での競技がいかに難しいか想像してみてください。

#### 見どころ

「腕力」などの体の強さが注目されがちですが、それと同じくらい「心」の強さが必要です。1回の試技を行う時間は約3秒程度。選手たちはその3秒のために長い時間をかけて己を鍛え上げ、試技に臨んでいます。鍛え上げられた上半身はもちろん、一瞬にかける集中力や精神力は見ごたえがあります。



▲自分に立ち向かう心が重要(画像提供東京都)

■競技会場は東京国際フォーラムです。

問合せ 東京オリンピック・パラリンピック準備室⑨345