

募集

羽村市子ども・子育て会議
市民公募委員

子育て支援に関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るため、羽村市子ども・子育て会議を設置しています。現委員の任期満了に伴い、新たに市民公募委員を募集します。

応募資格 次のすべてに該当する方
①市内在住の18歳以上の方
②18歳以下の児童の保護者
③現在、市のほかの審議会などの委員になっていない方

募集人数 2人
任期 8月1日～令和5年7月31日(2年間)
開催回数 年2～5回程度
開催時間 月～金曜日の夜間 1回2時間程度
報酬(日額) 9,000円
選考方法 作文審査
※作文は非公開とし、後日返却します。
※結果は応募者各人に通知します。

応募方法 6月16日(水)～29日(火)午後5時まで(必着)に「子育てしやすい環境」についての考えを800字以内にとり「住所、氏名、年齢、職業、電話番号、お子さんの年齢」を記入し、

特に記載がない場合の受付時間は土・日曜日、祝日を除く午前8時30分～午後5時です。申込みの記載がない場合は直接会場へ。費用の記載がない場合は無料です。

成人式でスタッフとして活躍しませんか

成人式のアトラクションを企画し、式典当日の運営をサポートするスタッフを募集します。仲間同士で参加して、成人式を盛り上げましょう。

対象 新しく成人となる方(平成13年4月2日～平成14年4月1日生まれ)で令和4年1月10日(月・祝)に行う予定の羽村市の成人式に出席する方

申込み・問合せ 7月2日(金)までに、電話、Eメールまたは直接、生涯学習総務課生涯学習推進係(☎363)へ
☐s703000@city.hamura.tokyo.jp



東京都大気汚染医療費助成制度

対象 次の条件をすべて満たす方
①18歳未満(18歳の誕生日が属する月の末日までの方を含む)の方
②18歳以上(①に該当しない方)の新規申請の受付は終了しました。
※現在有効な医療券を持っている方で、生年月日が平成9年4月1日以前の方は、更新申請のみ可能です。
※誕生日が平成9年4月2日以降の方で、現在持っている医療券の有効期限が18歳の誕生日の末日を超えている場合、期間以後の更新はできません。

①気管支ぜん息
②慢性気管支炎
③ぜん息性気管支炎
④肺炎しゅ
⑤①～④によって起こる別の病気が3都内に引き続き1年(3歳未満は6か月)以上住所を有する方(都内に住民登録の必要あり)

(4)健康保険などに加入している方
(5)申請日以降喫煙をしないとする方

助成期間 申請日から次のいずれかの期間で短い方
○2年経過後、直近の誕生日の末日まで
○18歳の誕生日の末日まで

助成内容 認定された疾病に対する保

険診療の窓口支払額のうち、月額6,000円を超えた分を助成
※18歳未満の方は、窓口での自己負担はありません。

医療券の更新も忘れずに！
有効期間満了後も引き続き助成を受けるためには更新申請が必要です。必要書類は有効期間満了の約2か月前に東京都から送付されます。届かない場合は、保健センターでも受け取ることが出来ます。

※詳しくは、東京都福祉保健局ウェブサイトを覗いていただくか、問い合わせてください。

問合せ 手続きについて：健康課(保健センター内) ☎623 / 制度について：東京都福祉保健局環境保健衛生課 ☎03-53320-4491

事業の中止

新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止するため、事業を中止します。ご理解とご協力をお願いします。

◆羽村×八丈エコ教室
実施を予定していた日
8月9日(月・休)～12日(木)
問合せ 環境保全課(☎)224

市公式サイトをリニューアルします

市公式サイトを、6月18日(金)にリニューアルします。市の花をイメージした桜色をベースに、やさしい印象で見やすく、探しやすいサイトに生まれ変わります。市公式サイトがリニューアルすることで、以下の対応が必要となりますので、ご理解とご協力をお願いします。

- ① URL の変更
新 URL <https://www.city.hamura.tokyo.jp/>
s が加わります
- ②ブックマークやお気に入り登録をしている方
URL が変わるので、ブックマークやお気に入り登録している方は、6月18日(金)以降に対象ページにアクセスし、再度登録をしてください。
トップページ以外の各コンテンツページについても、再度登録が必要になります。
※新しい公式サイトが表示されない場合
お使いの機種やブラウザによっては、更新前のページを読み込んでしまい、表示できないことがあります。更新ボタンでページの更新をしてください。
問合せ 広報広聴課広報係(☎)337

健康

骨太教室 運動編

骨や体力、健康を維持する運動を紹介し、骨密度を維持するには、望ましい生活習慣を続けることがポイントです。理学療法士が日常に行う好ましい運動を紹介し、

日時 7月14日(水)午後3時～4時30分(受付：午後2時45分から)

会場 ゆとろぎ地階レセプションホール
対象 市内在住の方
定員 24人(申込順)
※当日、会場での受付はできません。
持ち物 筆記用具、飲み物
※マスク着用の上、動きやすい服装・靴でお越しください。
講師 石井博之さん(杏林大学保健学部理学療法学科教授)
申込み・問合せ 7月6日(火)から、電話で健康課(保健センター内) ☎626へ

新型コロナウイルス感染症に負けない！

健康管理術

日々の歯磨きを見直してみよう

毎日何気なく行っている「歯磨き」と、新型コロナウイルス感染症予防の関連に着目し、歯磨きの方法を見直してみよう。

歯磨きは新型コロナウイルス感染症予防に有効？

歯磨きなどの口腔ケアを徹底し、口の中の細菌数を減らすことで、高齢の方の誤嚥性肺炎を予防できることが知られています。新型コロナウイルスについても、特に歯周病の原因となる細菌を減らすことで、ウイルスが細胞に付着することを防ぐことができるため、効果があると言えます。

感染症予防の観点から歯磨きの時に気を付けることは？
ほかの人の唾液が肌に付着したり、飛沫を吸い込んだりしないようにする必要があります。例えば、ほかの人と歯磨きのタイミングをずらす、歯磨きをする場所の換気をよく

するなど、3密を避けましょう。また、家庭内でも、それぞれの歯ブラシを接触させないなどの配慮も大切です。

歯磨きはすればするほど効果的？
感染予防には、ブラークと呼ばれる細菌の塊を掃除することが必要です。1日に1回でも、丁寧に、歯と歯茎の境を磨きましょう。特に、就寝前の丁寧な歯磨きが効果的です。舌の表面の清掃も忘れなようにしましょう。

羽村市では、40～64歳の方は6～7月、65歳以上の方は9～10月に、市内の歯科医療機関で無料で歯科健診を受診することができます。この機会を上手に利用しましょう。

保健センターでは、保健師・管理栄養士が体調や食事、こころの相談に応じしています。気軽に相談してください。

状況により、施設が休館したり、事業などが変更・延期、中止になる場合があります。最新情報は市公式サイト・各施設のウェブサイトなどで確認してください。