

PHOTO NEWS

市内の出来事などを写真で紹介します。
問合せ 秘書広報課広報・シティプロモーション係 337



リングでとめる手作りの絵本に挑戦！ 「2時間でできるカンタン絵本づくり」



2時間で作れるカンタン絵本の講習会が、春休みにプリモライブラリーはむらで行われました。参加した15組は、みんな思い思いに工夫を凝らし、絵本作りを楽しみました。個性的な絵本がたくさんできました！【3月26日撮影】

地球環境の未来について考えるきっかけに 「ミニ環境展」



生ごみを堆肥にする「ダンボールコンポスト」やエコ度をチェックする「エコチャレンジ50」、グリーンカーテン講習会など、環境に優しい取り組みがもりだくさん。「改めて生活を見直したい」と来場した方にも好評でした。【4月27日撮影】

今年も大変な賑わいでした 「はむら花と水のまつり 2024」



4月上旬の天気の良い日、根がらみ前水田の周辺は、花を楽しむ人で大変な賑わいでした。今年は寒い日が続く、桜とチューリップの開花が同じタイミングだったこともあり、例年よりも多くの方が来場しました。【4月8日撮影】

ウクライナ人道危機救援金の 募集期間を延長

ウクライナにおける人道危機への対応や、ウクライナからの避難民に対する救援活動を引き続き支援するため、救援金の募集期間を延長します。

募集期限 令和7年3月27日(休)
救援金箱設置場所 市役所1階案内、プリモホールゆとろぎ、プリモライブラリーはむら、S&Dスポーツアリーナ羽村、郷土博物館
これまでの送金額合計

141万6,178円(3月26日時点)

※お預かりした救援金は全額日本赤十字社へ送金します。
※預かり証は市役所1階案内のみで発行しています。

問合せ 総務課総務係 347

特に記載がない場合の受付時間は土・日曜日、祝日、年末年始を除く午前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。

お知らせ

杏林大学共催 運動健康増進プログラム 「体力測定会と運動講座」

体力測定の結果の解説と今後の生活に役立つ運動の方法をアドバイスします。
日時 6月8日(土)
午前コース(65～79歳)：午前10時30分～午後0時30分
午後コース(20～64歳)：午後1時～2時30分

※年齢によって実施項目が異なるため、コースの選択はできません。
対象 令和6年4月1日現在20～79歳で市内在住の方

◇体力測定を受けたことがある場合は、前回体力測定から半年以上経過している方
◇医師に運動を制限されていない方

会場 S&Dスポーツアリーナ羽村2階会議室・第3ホール
定員 各回12人(申込順)
※当日参加はできません。

持ち物 飲み物、タオル、筆記用具
※動きやすい服装でお越しください。室内履きは不要です。

内容 体力測定
【共通項目】血圧測定、握力測定、体組成測定、長座体前屈、上体起こし

※このほかに、年齢区分に応じた測定項目があります。
講師 石井 博之さん・相原 圭太さん(理学療法士)、楠田 美奈さん(健康運動指導士)

健康講座(保健センター内) 626

康運動指導士(杏林大学保健学部) 申込み 5月16日(木)～6月5日(水)に、電話で、S&Dスポーツアリーナ羽村へ ☎555-0033(午前9時～午後5時。祝日以外の月曜日休館)
問合せ 健康課(保健センター内) 626

介護

家族介護者リフレッシュの会

認知症などの家族を介護する方が集まって、日々の思いや迷いを共有してリフレッシュする会です。介護専門職員のアドバイスも聞くことができます。

日時 6月29日(土)午前10時～正午
会場 プリモホールゆとろぎ学習室2
対象 主に認知症の高齢の方を介護している方

定員 10人(申込順)
申込み・問合せ 6月26日(水)午後5時までに、電話、Eメールまたは市公式サイト内の申込みフォームから、高齢福祉介護課介護予防・地域支援係 456へ ☎30420@city.hamura.tokyo.jp

※Eメールで申し込み場合は、件名に「家族介護者リフレッシュの会」、本文に「氏名、年齢、住所、電話番号」を記入してください。



健康管理術

子宮頸がんを知ろう！

子宮頸がんは子宮の出口に近い部分にできるがんです。令和5年度の羽村市子宮頸がん検診受診者1111人のうち、要精密検査となったのは22人。20～40代が8割を占めます。早期では症状がなく、自分で気づくことは困難です。しかし、早期に治療すれば5年生存率は90%以上と言われています。

【原因】

ヒトパピローマウイルス(HPV)の感染により発症します。性交経験がある女性の約8割が一生に一度は感染すると言われていますが、感染してもほとんどの場合、ウイルスは自然に消えます。しかし、ウイルスが長期間検出され続ける方では子宮頸部の細胞に異常が生じ、数年～数十年かけて子宮頸がんへと進行する場合があります。

【予防】

①子宮頸がん検診で早期発見
20歳を過ぎたら2年に1回、子宮頸がん検診を受診しましょう。
※6月1日(土)から、市内の20歳以上の女性を対象に子宮頸がん検診を行います。詳しくは8ページを確認してください。

問合せ 健康課(保健センター内) 626

②HPVワクチン接種で予防

HPVワクチン接種で、感染を予防することができます。ただし、すでに感染しているHPVを排除したり、子宮頸がんの進行を遅らせたりする効果はありません。そのため、性交渉開始(セクシャルデビュー)前の接種が推奨されています。また、ワクチンで防げないHPV感染もあります。

※小学校6年生相当から高校1年生相当の女子を対象に子宮頸がん予防接種を行っています。平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれの女性で、まだ接種していない方はキャッチアップ接種が受けられます。



【参考】子宮頸がんTOKYO女子けんこう部(東京都保健医療局)／9価ヒトパピローマウイルス(HPV)ワクチン(シ ルガード9)について(厚生労働省)

問合せ 子宮頸がん検診について：健康課 626 / 予防接種について：子育て相談課母子保健・相談係 697