

二次元コードのついてる記事は、その二次元コードをスマートフォンなどで読み取ると、市公式サイトなどで詳しい内容を確認したり、そのまま申込みを進めたりすることができます。



▲申込フォーム
624

「はむら健康フェア」は「市民スポーツまつり」と同時開催

日時 10月13日(月・祝) 午前9時30分～午後2時(雨天中止)

会場 S&Dスポーツパーク富士見

※詳しくは市公式サイト、広報はむら10月1日号でお知らせします。

■健康フェアで「骨密度測定」をしよう!

※申込みが必要です。

対象 市内在住の18歳以上の方

定員 220人(申込多数の場合抽選)

申込み 8月15日(金)～9月5日(金)に「氏名(フリガナ)、住所、生年月日(年齢)、電話番号」を左の申込フォーム、または、はがきで保健センターへ

宛先 〒205-10003 羽村市緑ヶ丘5-1-2 羽村市保健センター1階 はむら健康フェア担当

※9月中旬に、受診券を送付します。抽選に外れた方にも連絡します。

問合せ 健康課(保健センター内) ☎624

イベント

いくさんが戦争当時の羽村④—幾山河—



戦後80年ミニコラム

戦争当時の羽村はどのような様子だったのか。今回は「幾山河」という本について紹介します。

満州事変以来、日中戦争、太平洋戦争と長く苦しい戦争が続きました。その間、羽村から従軍した方について記録した「幾山河」という本があります。そこには、出征した方の名前や生い立ち、兵士としての経歴などが記してあります。

「幾山河」によれば、戦死者には、フィリピンや南洋の島々での激戦地で戦死した方や、取り残されて、飢えと病気で亡くなった方が多かったそうです。終戦後もすぐに帰国できず、中国東部やシベリアに抑留され、そこで亡くなった方もいました。

また「羽村町史」には、当時の西多摩村では日中戦争以降召集令状によって出征する方が多くいた旨が記載されています。

そして、召集のたびに壮行会が行われ、応召者たちは羽村・小作の駅から、「万歳」と軍歌の声に送られて、中国または南方に出征していったそうです。

【参考文献】「戦後五十周年記念出版 語り継ぐ戦争体験」発行 者：羽村市／「幾山河」編集発行者：羽村町戦争記念誌編集委員会／「幾山河」復刻版」発行者：羽村市遺族会／「羽村町史」編集者：羽村町史編さん委員会

問合せ 総務課総務係内 333



▲語り継ぐ戦争体験(市公式サイト)

申込不要 ボッチャ体験教室

初心者から経験者まで、みんなで楽しみながら上達を目指しましょう!

日時 9月13日(土)午前9時30分～11時

会場 栄小学校体育館

対象 子どもから高齢の方まで障害の有無に関わらずどなたでも

持ち物 運動できる服装、室内用運動靴、水筒などふた付きの飲み物

指導 羽村市スポーツ推進委員協議会

問合せ S&Dスポーツアリーナ羽村 ☎555-10033



▲詳しくはこちら(市公式サイト)



スポーツ推進委員協議会共催 四季のウォーク

秋の青梅七福神をポールウォーキングで巡り、姿勢改善と筋力アップ!

日時 9月20日(土)午前9時30分～正午(荒天中止・小雨決行)



▲詳しくはこちら(市公式サイト)



受付・集合 午前9時15分～9時30分、青梅市役所広場

距離 約6km(90分程度)

対象 コースを1人で歩ける方

※小学生以下は保護者同伴

定員 40人(申込順)

持ち物 歩きやすい服装・靴、携帯電話(持っている方)、雨具、飲み物、保険証の写しなど

※往復の交通費は自己負担

申込み・問合せ 8月17日(日)～9月16日(火)に、「氏名、電話番号、ウォーキング用ポール貸出希望の有無」を左の二次元コード、電話、ファクスまたは直接、S&Dスポーツアリーナ羽村へ

☎555-10033
FAX 554-19974

※電話・直接の受付は、午前9時～午後5時。祝日以外の月曜日を除く。

メンズキッチン 簡単!ウマイ!たんぱく質アップごはん

元気に動ける体には「筋肉」が大切!筋肉のもとになる「たんぱく質」がしっかり取れるメニューを紹介します。

体組成測定も行います。

日時 9月17日(水)午前10時～午後0時30分

会場 保健センター

対象 市内在住の男性

定員 16人(申込順)

費用 300円(調理実習代)

持ち物 筆記用具、エプロン、バンダナ、健康手帳(お持ちの方)

※食品衛生上の観点から、調理実習中のマスク着用にご協力ください。

内容 健康講座、調理実習、個別相談(希望者)

申込み・問合せ 8月18日(月)からEメールまたは電話で、健康課(保健センター内) ☎624へ

☎30500@city.hamura.tokyo.jp

※Eメールの場合、本文に「①氏名 ②年齢 ③日中連絡のつく電話番号 ④住所」を記入してください。

10月13日(月・祝)は市民スポーツまつり 参加者募集!【第2弾】

問合せ 羽村市スポーツ協会 ☎555-1698 / 受付…祝日以外の月曜日を除く午前9時～午後5時

会場 S&Dスポーツパーク富士見(雨天中止)、S&Dスポーツアリーナ羽村、S&Dスイミングプラザ羽村

※詳しくは市公式サイト、広報はむら10月1日号でお知らせします。



▲申込みはこちら(市公式サイト)



▲羽村市スポーツ協会

事前申込プログラム

申込み 8月17日(日)～9月7日(日)に、「氏名(カナ)、年齢、希望プログラム、緊急連絡先」を市公式サイト内の申込フォームまたは電話で、羽村市スポーツ協会へ

■はむRUN競走【幼児親子の部】

手をつないで一緒に走って、親子の絆を実感!

時間 午後1時～1時30分

定員 30組(申込順)

会場 S&Dスポーツパーク富士見

■スロージョグ講座【中学生以上】

運動効果は歩きの2倍!歩く速さでジョギングしよう

時間 午前10時～11時30分

定員 30人(申込順)

会場 S&Dスポーツパーク富士見

■初心者大歓迎♪ダンス体験教室【小学生】

HIPHOP ダンスで楽しく体を動かそう!

時間 午前10時～11時 **定員** 40人(申込順)

会場 S&Dスポーツアリーナ羽村

■Kokoro スッキリヨガ【中学生以上】

ヨガで汗をかきながら、心も体もリフレッシュ!

時間 午前11時～正午 **定員** 20人(申込順)

会場 S&Dスイミングプラザ羽村

■バレエ de ストレッチ【中学生以上】

誰でもできる簡単なバレエを楽しめます!

時間 午後1時～2時 **定員** 20人(申込順)

会場 S&Dスイミングプラザ羽村