

高齢者いきいき活動講座

「能」へのいざない
—幽玄の世界を体験—
しましよう

日本の伝統芸能「能楽」の世界を、初心者の方にも親しみやすく、分かりやすくご案内します。

時7月17日、31日、9月4日、18日のいずれも火曜日午後2時～4時(全4回) 所社会福祉協議会 佐久間二郎さん(能楽師) 対おむね60歳以上の市内在住の方定40人(多数抽選) 申6月25日(必着) までに、往復はがきに住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号を明記し、社会福祉協議会「能へのいざない係」(〒184-0004本町5-1-36) へ 17 ☎042-386-0294 へ



認知症家族の集い

認知症の方を介護している家族同士、悩みや不安を語り合い、専門の先生の助言をいただきながら一緒に勉強しませんか。

時7月21日(土) 午前10時～正午 所前原暫定集会施設 五島シズさん(認知症介護研究・研修東京センター客員上級研究員) 定20人(申込順) 申6月15日から、電話で緑寿園ケアセンター(☎042-462-1206) へ

健康ガイド ◆健康課健康係 (保健センター) (〒042-321-1240) ◆◆健康課◆◆ (貞井北町5-18-18)

乳がん検診募集

女性スタッフによるマンモグラフィ検査です。

時8月21日(火)～25日(土) 午前9時～11時30分、午後1時～3時30分 所保健センター 対平成31年3月31日現在40歳以上の女性で、平成29年4月以降に市の乳がん検診を受診していない方。なお、次の方は受診できません▽現在授乳中、妊娠中、断乳後6か月以内の方▽乳房疾患で治療中、経過観察中、手術後の方▽まっすぐに立つことが難しい方▽心臓にペースメーカーを装着している方▽豊胸手術をした方 定50人(多数抽選) ¥2千円※生活保護世帯の方は、減免制度があります 他▽検診時間の指定はできません▽申込結果は、実施日の3週間前に郵送します 申6月29日(必着)までに、郵送(1人1通)で「保健センター乳がん検診希望」・住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号・受診希望日(3つまで。午前・午後の希望)を明記し、健康課(〒184-00015貫井北町5-18-18) へ

健康講演会 生活習慣病予防—糖尿病を中心に—

時7月12日(木) 午後1時30分～3時 所前原暫定集会施設 講富山めぐみさん(市医師会会員) 定50人(申込順) 申6月15日から、電話で健康課へ

親子健康教室

栄養バランスを考えた簡単ランチ作りや楽しく体を動かす運動を、親子一緒に学びます。

時8月4日(土) 午前9時30分～午後2時30分 所保健センター 対小学生と父親 定15組(申込順) 申6月15日から、電話で健康課へ

薬物乱用防止指導員募集

東京都薬物乱用防止小金井地区推進協議会では、小金井警察署等の関係団体と連携し、若者を有害薬物から守るためにさまざまな活動をしていきます。

この一つとして、危険ドラッグ等の有害薬物を撲滅し、明るく健全な地域づくりを推進するため、薬物乱用防止指導員を募集しています。 同指導員には、青少年のための科学の祭典や小金井なか

よし市民まつりでのパンプレッツの配布、講演会の開催等、薬物乱用防止の広報啓発活動を行っていただきます。

対市内在住・在勤の方 申電話 ☎042-321-1240 へ

両親学級たんぽぽクラス (土曜2日間コース)

時7月21日(土)、28日(土) 午前10時～午後1時 所保健センター 対妊娠、出産、育児の話、妊婦体操、沐浴実習等 対おむね16～27週の就労妊婦とパートナーの方(妊娠週数は目安です) 定36組(申込順・初産婦の方優先) 申6月15日から、電話で健康課へ

こどもフッキング

時7月24日(火) 午前10時～正午 所保健センター 対栄養講義と調理実習 対3～5歳児と保護者 定10組(申込順・初めの方優先) 申6月15日から、電話で健康課へ

電話で健康課へ

親子でフッキング
—手作りピザでトレッツサマーパーティー—
ホットケーキミックスと豆腐で作るピザと小金井産の野菜スープやバルブラスカッシュを作る楽しい時間を過ごしませんか。

時7月31日(火) 午前10時～正午 所保健センター 対小学校1・2年生と保護者(初めての方優先) 定10組(申込順) 申6月15日から、電話で健康課へ

BCG接種

時7月9日(月)、23日(月) 午前9時30分～10時45分 所保健センター 対1歳未満の乳児(標準的な接種年齢は、生後5か月～8か月未満) 他前日の夜から接種する腕(左腕)への塗り薬は控えてください 問健康課

—7月の各種事業案内—

Table with columns: とき (Time), ところ (Location), 内容 (Content). Includes events like 乳幼児健康相談, 歯科健康相談, 成人健康相談, 栄養相談.

*保健師・管理栄養士・歯科衛生士による電話相談は随時受け付けます

7月の乳幼児・産婦健康診査

対象の方には、案内状を郵送しますので、届かない方は、ご連絡ください。

Table with columns: 健康診査名 (Health Check Name), とき (Time), 対象 (Target). Lists checkups for 3-4 month infants, 1-year-olds, and 3-year-olds.

子ども子育て 予防接種等保健衛生事業は健康ガイドへ

ジュニア夏休み水泳教室

時7月23日(月)～27日(金) 午前9時15分～10時45分(全5回) 所栗山公園健康運動センタープール 対市内在住・在学の小学校3～6年生で身長125cm以上の方 定20人(多数抽選・初めての方優先) ¥1回100円(施設利用代) 申7月2日(必着)までに、往復はがきに住所・氏名(ふりがな)・学年・身長・学校名・電話番号を明記し、体育協会「ジュニア夏休み水泳教室係」(〒184-0001関野町1-13-1) へ 問市水泳協会・戸田(☎042-326-2087)

ヒップホップダンス教室

時7月23日～8月3日の月曜・火曜・木曜・金曜日、いずれも午後3時30分～4時30分(全8回) 所総合体育館小体育室 対市内在住・在学の小学校4年生～中学生 定40人(多数抽選) 講NPO法人レッツ指導員 ¥1回50円(施設利用代) 申6月25日(必着)までに、往復はがきに住所・氏名(ふりがな)・学年・電話番号を明記し、体育協会「ダンス教室係」(〒184-0001関野町1-13-1) へ 問市体育協会(☎042-384-4001)

若者による自主講座

色が変わる! マジカルパンケーキ
—おいしいパンケーキを一緒につくりますか?—
時7月14日(土) 午前10時～正午 所公民館貫井北分館 講宮村連理さん(東京学芸大学附属小金井中学校教員) 対市内在住・在学の小学生 定16人(申込順) ¥150円(材料費) 申6月18日から、電話または直接、公民館貫井北分館(☎042-385-3401) へ



とくけこうのおへや わらべうたと絵本の読み聞かせ

時6月26日(火) 午前11時～11時30分(受け付けは10時40分から) 所図書館本館 対市内在住の0～2歳児と親子 定20組(当日先着順) 申図書館本館(☎042-383-1138)