

# 健康案内

## 健康づくり

40歳からの

### 骨粗しょう症予防事業

健康課 ☎725・5178

40代から始まる女性ホルモン低下により骨のカルシウムは年間3%程減っていきま。自分や家族の健康を守るため健康チェックしてみませんか。

対象 市内在住の方で、6月11日現在40歳、45歳、50歳、55歳、60歳及び65歳である女性  
日時 6月11日(水)  
時間は後日通知します。

会場 健康福祉会館  
内容 保健師・栄養士の話  
骨量測定 個別相談(保健師・栄養士)  
費用 600円

骨量測定費用の一部を負担していただきます。ただし、生活保護受給世帯、市民税非課税世帯の方は無料です。

定員 150人(抽選)

申し込み ハガキ(1人1枚)に「骨粗しょう症予防事業申し込み」と書き、住所・氏名・年齢(6月11日現在)・生年月日・性別・電話番号を明記し、4月31日まで(消印有効)に健康課へ。

### 健康づくり講習会

健康課 ☎725・5178

### 【高血圧・高脂血症予防4日間コース】

右下表の日程で行います。  
対象 血液検査結果がわかる健康診査結果票(おおむね4か月以内のもの)をお持ちの方で4日間参加でき、下記のいずれかの数値にあてはまる方  
会場 健康福祉会館  
定員 24人(抽選)  
申し込み 4月28日までに電話で健康課へ。

### 健康づくり講習会日程

日 時	内 容
5月7日(水) 午後1:00~4:20	・生活・食生活状況調査 ・病態についての講話(医師) ・予防食についての話(栄養士)
5月14日(水) 午前9:30~午後0:20	・調理実習
5月21日(水) 午後1:20~4:20	・運動の話と実技(運動指導員) ・ストレスと休養(保健師) ・栄養勉強会(栄養士)
5月28日(水) 午後1:00~4:20	・個別相談 ・グループワーク

最大血圧：130~159mmHg  
 最小血圧：85~99mmHg  
 総コレステロール：200~259mg/dl  
 HDLコレステロール：34~39mg/dl  
 中性脂肪：150~299mg/dl

## お知らせ

## 募集

### 産休代替臨時職員

資格 保健師資格を有する方  
勤務日 月・金曜日  
勤務時間 午前8時30分~午後5時

勤務場所 健康福祉会館及び市内各所  
雇用期間 5月中旬~2004年3月31日  
応募 電話で健康課(☎725・5178)へ。

## 公開しています

### 町田市都市計画審議会

第137回町田市都市計画審

## ぼたんが見ごろです

# 町田ぼたん園

町田ぼたん園の、ぼたんの開花が遅れてはいましたが見ごろになってきました。園内にはぼた



んの香りが漂いはじめ、赤やピンク、紫の大輪の花が咲き競っています。また、園内では有料開園期間中に限り、ぼたんの苗木や地元野菜、おにぎりなども販売しています。是非ご来園下さい。  
交通 小田急線町田駅北口下車、P.Oビル先21番乗り場から本町田線由野津田車庫行または本町田線由鶴川駅行バスで薬師ヶ丘下車、徒歩8分  
町田ぼたん園 ☎736・4477

## 案内

### 町田タリア園

### タリアの球根と草花販売

タリアの球根をはじめ、金魚草、ジキタリス、ネモフィラ、ロベリア、ルピナス、シャレーポピーなど、通所生が心を込めて栽培した草花を販売します。  
日時 4月29日(祝)午前10時~午後3時  
会場 町田タリア園  
町まちだ福祉作業所 ☎722・0538

### 町田市環境審議会

町田市環境審議会の第14回会議を行います。傍聴を希望される方は、4月23日午前中までに環境保全課(☎724・2711)へご連絡下さい。  
日時 4月23日(水)午後6時30分~8時30分  
会場 森野分庁舎4階第2会議室

### 環境重点配慮指針第一案(案)を公表しています

町田市環境重点配慮指針検討委員会では、市民、事業者がそれぞれの立場で環境配慮行動を実践す

自然休暇村 7月分の利用  
 大地沢青少年センター  
 夏休み期間の利用  
 (7/19~8/31)  
 5月1日から受付開始  
 ☎782・3800

## 自然休暇村

### 【7月分】

「星のふるさと」長野県川上村にある自然休暇村は、町田から車で約4時間。豊かな自然を堪能下さい。

今回受け付けをする利用日は、本館は7月1日、19日、キャビンは7月1日、18日、テントは7月1日、31日です。

右記期間を除く7月のご予約は、夏休み期間として別に受け付けます。

7月10日は利用できません。利用できる方 市内在住、在勤の方とその家族  
朝夕2食2000円で食事を提供します(要予約)。  
申し込み 5月1日午前8時30分~9時の間に、大地沢青少年センター(☎782・3800)へお電話いただいた方を同着とみなし、抽選を行います。抽選結果については、午前10時30分までに連絡します。

### 自然休暇村利用案内施設一覧表

施設名	室数	使用料
本館(和室10畳、定員6人)	17室	1泊1室8,000円
キャビン(台所あり、浴室5人)	Aタイプ 和室8畳	3棟 1泊1室5,000円
	Cタイプ 和室6畳	3棟 1泊1室4,000円

### 大地沢青少年センター利用案内施設一覧表

施設	利用時間	1室あたり使用料
本館(20人用6室)	宿泊室兼多目的室	午前9時~正午 1,000円 午後13時~17時 1,500円
	宿泊	14時~翌10時 10,000円
	和室(5人用2室)	宿泊 14時~翌10時 3,000円
多目的ホール	午前9時~正午	2,000円
	午後13時~17時	3,000円
キャビンA(20人用2室)	宿泊	14時~翌10時 10,000円
	キャビンB(8人用7棟、4人用棟)	宿泊 14時~翌10時 3,000円
テントサイト(5人用10区画)	宿泊	14時~翌10時 300円
貸出テント(5人用10張)	宿泊	14時~翌10時 300円
工芸室	午前9時~正午	1,000円
	午後13時~17時	1,500円
日帰り(野外炊事場等)	9時~16時30分	無料

料金は全て1室当たりの料金です。男女同室での宿泊はご遠慮いただいております。ただし、家族の場合は可。

## 町田市障がい者緊急一時保護事業

介護者が急な疾病や事故により障がい者を介護できなくなったときや、急な冠婚葬祭で障がい者を介護できなくなったときなどに、午前10時30分以降は電話先着順の受け付けとなります。  
**大地沢青少年センター**  
【夏休み期間分】  
緑豊かな自然の中で楽しく野外活動をしていただく施設です。  
夏休み期間は、7月19日~8月31日です。  
今回申し込みできるのは、市内在住または在勤、在学の方が半数以上いるグループや個人です。  
なお、夏休み期間の利用は1グループ1回、2泊3日を限度とします。  
7月30日、31日、8月22日、24日は主催事業のため、利用できません。  
申し込み 往復ハガキ(1グループ1枚)の往信用表面に「大地沢青少年センター」の宛先を記入し、希望日(第3希望まで)、希望施設、利用人数、グループ名(青少年団体はグループ名を赤丸で囲み、活動内容・メンバー構成を記入)、代表者の氏名・住所・電話番号を明記し、4月23日まで(必着)に大地沢青少年センター(〒194・0211、相原町5307・2、☎782・3800)へ。  
抽選 4月24日午前9時から同センターで行います。(結果は郵送します)  
青少年団体、その他の団体、個人(20人未満)の順で抽選を行います。  
本受付後の夏休み期間の空室分は、5月1日午前8時30分から電話受付(先着順)します。

## 町田市障がい者緊急一時保護事業

介護者が急な疾病や事故により障がい者を介護できなくなったときや、急な冠婚葬祭で障がい者を介護できなくなったときなどに、午前10時30分以降は電話先着順の受け付けとなります。  
申し込み 原則7日以内  
申し込み 電話で障がい福祉課へ。  
なお、受け付け開始は利用開始日の1か月前からです。  
障がい福祉課 ☎724・2148、☎724・1191