

### 健康づくり

#### 講演会

【あかちゃんの病氣と対応はじめての発熱や下痢他】

健康課 ☎725・5422  
対象 乳幼児をもつ保護者  
日時 9月18日(木)午後1時～2時30分  
会場 健康福祉会館

#### 健康教育講座

【氣になる肺の病氣、肺がん・閉塞性肺疾患など】

健康課 ☎725・5178  
直接会場においで下さい。  
日時 9月19日(金)午後2時



(町田市医師会)

今年も本格的なスポーツシーズンが到来しました。今回の健康メモでは、スポーツにつきものの打撲や捻挫などの際に役立つRICE処置について紹介し

ます。RICE(ライス)とは、安静(R=レスト)、冷却(I=アイス)、圧迫(C=コンプレッション)、挙上(E=エレベーション)の4つの頭文字を取って名付けられた言葉で、けがをしてから医療機関に行くまでの間の応急処置として、とても重要な役割を果たすとされています。以下順番に要点を解説しましょう。

3時30分

会場 健康福祉会館2階  
内容・講師 「氣になる肺の病氣」町田市市民病院医師・多田弘子氏 「たばこをやめるSTEP1」保健師(希望者のみ、午後4時30分まで)

#### 幼児食講習会

健康課 ☎725・5422  
対象 平成13年10月～平成14年4月生まれの子と保護者  
日時 10月3日(金)午前9時50分～正午  
会場 健康福祉会館

内容 幼児期の栄養と発達についての話、試食、グループ相談  
定員 25組(申し込み順)  
一度参加した方や、きょうだいをとお連れでの参加は遠慮下さい。  
持ち物 母子手帳、飲み物、手拭き

### お知らせ

#### 募集

##### 町田市民病院

##### 臨時職員

##### (看護師・助産師)

##### 【A外来B産休・育休代替】

資格 看護師・助産師免許をおもちの50歳くらいまでの方  
勤務日 A月～金曜日(週4)5日、B週5日(土・日曜日、祝日含む)、夜間勤務あり  
勤務時間 A午前8時30分～午後5時B午前8時30分～午後5時15分、午後4時30分～午前1時15分

## RICE処置について

R(安静) ・けがをしたらまず運動を中止して患部を動かさないことが大事です。無理をして続けると筋肉や靭帯の損傷や内出血が拡大して治りが悪くなります。できるだけ痛みのない位置で軽く固定をしましょう。

I(冷却) ・けがをした部分を冷やすことで患部の腫れをできるだけ食い止めます。腫れが強くなりすぎると血行が障害され、患部の状態はさらに悪化します。まずはタオルなどを患部に軽く巻き、その上から氷水を入れたビニール袋を当てて下さい。

C(圧迫) ・冷却と同様に患部の腫れを食い止めるために軽く圧迫を加えます。一番便利

申し込み 電話で健康課へ。

分、午前0時30分～9時15分(3交代制)  
Aの勤務日・時間は相談に応じます。  
賃金 A時給1680円以上B時給1800円～2000円(経歴年数に応じて)  
深夜割増あり。  
交通費 900円まで支給。  
募集人員 若干名  
選考方法 書類・面接  
応募 履歴書・免許証のコピーを郵送で9月10日まで(必着)に町田市民病院管理課(〒194・0023、旭町2・15・41、☎722・2230内線53・558)へ。

#### 市営住宅入居者

家族向新築市営住宅(一般世帯向・若年ファミリー向)の入居者を募集します(単身者向はありません)。  
資格 市内に6か月以上居住している成年者(20歳未満の既婚者を含む)で、同居親族(内縁及び婚約者を含む)があり(若年ファミリー向は申込者本人を含め同居親族全員が40歳未満であること) 所得が定められた基準以内の住宅に困っている方  
募集戸数 真光寺二丁目18番地ミリー向=40戸  
申込用紙配布期間 9月10日まで(6日は除き、7日は市民課駅前連絡所のみ配布)

#### 都営シルバーピア

高齢者に配慮した仕様(段差解消、手すり、緊急通報装置等)を備え、安否の確認等を行う生活協力員が配置された都営住宅シルバーピア(高齢者集合住宅)地元割当分の入居者を募集します。  
資格 市内に3年以上居住している65歳以上の単身者(原則として現在同居している親族がいない方)または2人世帯で、自立可能な(介護が受けられる場合を含む) 所得が定められた基準以内の住宅に困っている方  
募集戸数 市内7地区、単身者向=7戸、2人世帯向=4戸  
申込用紙配布期間 9月10日まで(6日は除き、7日は市民課駅前連絡所のみ配布)

#### 住宅入居者

申込用紙配布期間 9月10日まで(6日は除き、7日は市民課駅前連絡所のみ配布)  
配布場所 住宅課(中町第二庁舎1階)、市政情報やまびこ(中町分庁舎1階)、南・なるせ駅前(中町分庁舎1階)、南・なるせ駅前・鶴川・忠生・堺の各市民センター、市民課駅前連絡所、玉川学園文化・木曾山崎・小山の各センター  
センター等は部数に限りがありますのでご注意ください。  
応募 9月12日までに郵送で住宅課に届いたものに限り受け付けます。

申込用紙配布期間 9月10日まで(6日は除き、7日は市民課駅前連絡所のみ配布)  
配布場所 住宅課(中町第二庁舎1階)、市政情報やまびこ(中町分庁舎1階)、南・なるせ駅前(中町分庁舎1階)、南・なるせ駅前・鶴川・忠生・堺の各市民センター、市民課駅前連絡所、玉川学園文化・木曾山崎・小山の各センター  
センター等は部数に限りがありますのでご注意ください。  
実施日 11月23日(祝)

#### 公開しています

##### 町田市情報公開・個人情報保護

##### 運営審議会

傍聴を希望される方は、あらかじめ、市政情報やまびこ(☎724・8407)へご連絡下さい。  
日時 9月8日(月)午前10時～正午  
会場 市役所中町分庁舎2階第1会議室

#### ご案内

##### 選挙人名簿

##### ご覧下さい

選挙人名簿(定時登録)をご覧(縦覧)いただけます。今回の定時登録で新たに登録されるのは、昭和58年9月2日までに生まれた方で、平成15年6月1日までに転入届をし、引き続き平成15年9月1日まで市の住民基本台帳に記載されている方です。  
定時登録とは毎年3・6・9・12月(登録月)の1日を基準として、2日に登録するものです。  
縦覧期間 9月3日(水)～7日(日)  
時間 午前8時30分～午後5時  
縦覧場所 選挙管理委員会事務局(森野分庁舎2階)  
問 選挙管理委員会事務局 ☎724・2168

大蔵土地地区画整理組合事業計画変更の関係図書  
縦覧期間 9月2日(火)～15日(祝)

## 10月1日からパソコンの処分方法が変わります!

資源有効活用促進法による家庭用パソコンのリサイクルが始まります。  
市では10月1日から、燃やせな

10月1日からはメーカーに電話で引き取り申し込みを行い、郵政公社が回収を行います。主なメーカーのリサイクルに必要な費用  
問 環境総務課 ☎797・7112

製品種別	料 金
デスクトップパソコン本体	3,000円
ノートブックパソコン	3,000円
CRTディスプレイ	4,000円
CRTディスプレイ型パソコン	4,000円
LCDディスプレイ	3,000円
LCDディスプレイ型パソコン	3,000円

## 10月1日は住宅・土地統計調査

10月1日に、住宅・土地統計調査が行われます。



これからの街づくり  
に生かされる大切な基礎資料となりますので、ご協力をお願いします。

問 総務課統計係 ☎724・2106  
有効期限は2004年度の1年間のみです。  
【申請用紙販売】  
10月1日、31日(土・日曜日、祝日は除く)の午前9時～正午、午後1時～4時30分に市政情報やまびこ(中町分庁舎1階)で1部500円で販売します。約り銭のないようにご用意下さい。  
【受付期間】  
11月4日、10日の指定日時  
【受付場所】  
市役所地下1階会議室  
問 契約課 ☎724・2523

#### 競争入札参加申請受け付けます

2004年度に市が発注する契約(工事・物品・委託・コンサル)の競争入札に参加を希望する方は申請して下さい。  
今回は中間受付なので、資格の

2004年度に市が発注する契約(工事・物品・委託・コンサル)の競争入札に参加を希望する方は申請して下さい。  
今回は中間受付なので、資格の