

地域の医療と介護を知ろう！ウォークラリー

主催

町田・安心して暮らせる  
まちづくりプロジェクト  
推進協議会

ウォークラリーイベントのポスターを掲載している地域の医療機関や介護事業所をめぐり、ポスターに載っている合言葉を集めると景品をゲットできます。  
自宅にこもりがちなコロナ禍ですが、ソーシャルディスタンスを保ちつつ身体を動かしましょう！  
※景品交換は南第1高齢者支援センター(南町田5-16-1/特別養護老人ホーム芙蓉園内)または小川あんしん相談室(小川6-1-11)で行います。

日時 10月1日(土)～10月15日(土)  
※景品交換は日曜・祝日休日を除く 8:30～17:00

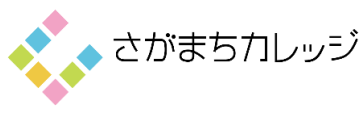

会場 南町田、鶴間、小川、つくし野、南つくし野に所在し、ウォークラリーイベントのポスターを掲載している医療機関または介護事業所

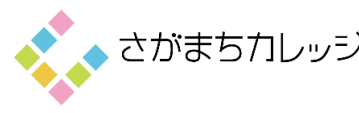

費用 無料

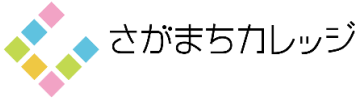
申込 不要。南第1高齢者支援センター、小川あんしん相談室のいずれかからチラシを入手し、イベントに参加してください。

問合せ 042-724-2140  
(町田市高齢者福祉課 地域支援係)

ウォークラリーイベントポスター


【さがまちwebカレッジ】 健康づくりのための睡眠講座		主催 さがまち コンソーシアム
<p>最近では睡眠に関心を持つ方が増えてきましたが、睡眠については都市伝説のような誤った情報も多く流布しています。睡眠のとり方は人によって様々ですが、守るべき大事な基本があります。この講座では厚生労働省「健康づくりのための睡眠指針」をもとに、睡眠についての正しい情報を提供するとともに、良い睡眠をとるためのコツをわかりやすく説明します。</p>		
日時	10月3日(月) 16:00～17:30	<b>【講師】</b> 北里大学大学院医療系研究科 教授 田中 克俊 氏  <b>【申込先】</b> * 郵送 〒252-0307相模原市南区文京2-1-1 * FAX 042-703-8536  ※受講申込書は、ホームページからダウンロード、または、町田市・相模原市の公共施設で配布しています。
会場	Zoomミーティングによるオンライン開催	
対象	一般の方(メールによる連絡が可能な方)	
定員	30名(申込順)	
費用	1,000円	
申込	郵送またはFAXで、受講申込書をさがまちコンソーシアム事務局へ。 ※ウェブ申込も可( <a href="https://sagamachi.jp/manabi/consuniv/index.html">https://sagamachi.jp/manabi/consuniv/index.html</a> )	
問合せ	042-747-9038 メール info@sagamachi.jp (さがまちコンソーシアム事務局(相模原・町田大学地域コンソーシアム))	 

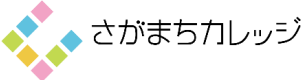

【さがまちカレッジ特別講座】 学びを楽しむインクルーシブセミナー こころのリフレッシュ☆ 自分をコントロールする心理学		主催 さがまち コンソーシアム
<p>インクルーシブとは、さまざまな世代、さまざまな特性を持つ人たちが共に過ごすことを意味します。老いも若きも、ハンディキャップのある人もない人も、大学のキャンパスで一緒に楽しく学んでみませんか？今回は「心理学」がテーマです。どうしてこころは、ドキドキ・モヤモヤ・イライラするのでしょうか？感情がわかあがる仕組みや自分をコントロールする方法を学び、こころをリフレッシュするヒントを見つけましょう！講義の後、参加者同士が興味関心を共有し交流を楽しむピアサポートを開催します。</p>		
日時	10月22日(土) 11:00～12:30	<b>【講師】</b> 相模女子大学人間社会学部 教授 石川 勇一 氏  <b>【申込先】</b> * 郵送 〒252-0307相模原市南区文京2-1-1 * FAX 042-703-8536  ※受講申込書は、ホームページからダウンロード、または、町田市・相模原市の公共施設で配布しています。 ※受講の際はマスク着用をお願いいたします。
会場	相模女子大学 (相模原市南区文京2-1-1)	
対象	中学生以上の方	
定員	30名(抽選)	
費用	無料	
申込	10月2日(日)まで(必着)に郵送またはFAXで、受講申込書をさがまちコンソーシアム事務局へ。 ※ウェブ申込も可( <a href="https://sagamachi.jp/manabi/consuniv/index.html">https://sagamachi.jp/manabi/consuniv/index.html</a> ) ※申込締切までに定員に達しない場合は、引き続き申込みを受付けます。	
問合せ	042-747-9038 メール info@sagamachi.jp (さがまちコンソーシアム事務局(相模原・町田大学地域コンソーシアム))	 


<b>さがまちカレッジ</b>		主催
<b>正しく学ぼう、乳がんのこと～治療と薬剤師の役割について～</b>		さがまち コンソーシアム
<p>国民の2人にひとりががんにかかる時代と言われています。身近な病気となったがんですが、早期発見・早期治療が重要です。がんの発見や治療にかかわる薬学的観点からの最先端の治療や技術について概説します。この講座では、一般の方にも知ってほしい乳がんという病気やその治療(特に薬物治療)についてお話します。更に、がんの治療は医療チームで行われることが当たり前の時代となり、乳がん治療における薬剤師の活動についてもお話します。</p>		
日時	10月29日(土) 10:30～12:00	【講師】 昭和薬科大学実践薬学部門 教授 渡部 一宏 氏
会場	昭和薬科大学(町田市東玉川学園3-3165)	
定員	20名(抽選)	【申込先】 *郵送 〒252-0307相模原市南区文京2-1-1 *FAX 042-703-8536
費用	1,200円	
申込	<p>10月2日(日)まで(必着)に郵送またはFAXで、受講申込書をさがまちコンソーシアム事務局へ。                  ※ウェブ申込も可(<a href="https://sagamachi.jp/manabi/consuniv/index.html">https://sagamachi.jp/manabi/consuniv/index.html</a>)                  ※申込締切までに定員に達しない場合は、引き続き申込みを受付けます。</p>	<p>※受講申込書は、ホームページからダウンロード、または、町田市・相模原市の公共施設で配布しています。                  ※受講の際はマスク着用をお願いいたします。</p>
問合せ	<p>042-747-9038                  メール info@sagamachi.jp                  (さがまちコンソーシアム事務局(相模原・町田大学地域コンソーシアム))</p>	



さがまちカレッジ

<b>町田市総合健康づくり月間2022</b>		主催
		町田市保健所
<p>町田市保健所では、新しい生活様式の中でも気軽に健康づくりに取り組める機会の提供を目的とし、11月を健康づくり月間と位置づけ、各施設やオンライン等を中心に「町田市総合健康づくり月間2022」を開催いたします。</p> <p>測定会や講演会、運動教室、オンラインセミナーなど、様々な健康づくりに関するコンテンツを紹介・お届けいたします。子どもから高齢者まで楽しく健康づくりを実施する11月にしませんか。</p>		
日時	11月1日(火)～11月30日(水)	
会場		
対象		
定員	各イベントの詳細は、ホームページと各施設で配布する「みんなの健康だより特別号」を参考にしてください。	
費用		
申込		
問合せ	<p>042-724-4236                  (町田市保健所健康推進課健康推進係)</p>	<p>昨年イベントの様子                  (子ども向けから高齢者向けまで                  様々なイベントがあります。)</p>

さがまちカレッジ 画像診断の仕組みと診断薬のお話		主催 さがまち コンソーシアム
<p>体調異常を何から判断しますか？体温、血圧測定や脈拍などは大事なバイタルサインですね。このように体を傷つけることなく、外から見られる方法を非侵襲的診断法(ひしんしゅうてきしんだんほう)と言います。最近何かと話題となっているパルスオキシメーターも非侵襲的診断法の一つです。この講座では、さまざまな画像診断について、そして、造影剤についてわかりやすくお話します。</p>		
日時	11月24日(木)14:00~15:30	<b>【講師】</b> 昭和薬科大学薬品分析化学研究室 教授 唐澤 悟 氏
会場	町田市生涯学習センター 6階 学習室1・2 (町田市原町田6-8-1)	
定員	20名(抽選)	<b>【申込先】</b> * 郵送 〒252-0307相模原市南区文京2-1-1 * FAX 042-703-8536  ※受講申込書は、ホームページからダウンロード、または、町田市・相模原市の公共施設で配布しています。(10月中旬から配布開始)詳しくはお問い合わせください。  ※受講の際はマスク着用をお願いいたします。
費用	1,200円	
申込	11月1日(火)まで(必着)に郵送またはFAXで、受講申込書をさがまちコンソーシアム事務局へ。 ※ウェブ申込も可( <a href="https://sagamachi.jp/manabi/consuniv/index.html">https://sagamachi.jp/manabi/consuniv/index.html</a> ) ※申込締切までに定員に達しない場合は、引き続き申込みを受付けます。	
問合せ	042-747-9038 メール info@sagamachi.jp (さがまちコンソーシアム事務局(相模原・町田大学地域コンソーシアム))	 

介護講習会		主催 町田市いきいき総務課・ 町田市介護人材開発センター
<p>介護の基本を学びたい方向けの講習会です。介護が初めての方にもわかりやすく、車椅子の移乗、立ち座り・歩行の介助、コミュニケーションの取り方を実技を交えながら学びます。ご家族の介護をしている方はもちろん、将来の介護に備えて一緒に学びませんか。介護の仕事に関心のある方のご参加もお待ちしております。</p>		
日時	11月27日(日) 14:00~16:30	
会場	なるせ駅前市民センター 4階 ホール (町田市南成瀬1-2-5)	
対象	①家庭で介護をしている方 ②介護の仕事をしてみたい方等	
定員	24名(申込順)	
費用	無料	
申込	10月17日(月)~11月4日(金)までに電話で町田市介護人材開発センター(042-860-6480)へ。 <b>【申込必要事項】</b> ①氏名②住所③電話番号④年齢 ※受付時間 月~金曜日 9:00~17:00(祝日は除く) ※メール(info@machida-kjkc.jp)での申込も可。 ※町田市介護人材開発センターホームページ( <a href="https://machida-kaigo.org">https://machida-kaigo.org</a> )の申込フォームからも申込み可。	
問合せ	042-860-6480 メール info@machida-kjkc.jp URL <a href="https://machida-kaigo.org/">https://machida-kaigo.org/</a> (町田市介護人材開発センター) ※ホームページにアクセスする際は、Internet Explorer以外のブラウザをご使用ください。	

<b>第17回 昭和薬科大学・町田市共催市民講座</b>		主催 昭和薬科大学・ 町田市生涯学習センター
<p>生涯学習センターでの開催は、2019年度以来です。今回は『薬に込められた様々な工夫』をテーマに、帝京大学 鈴木亮教授による『小さな泡が医療を変える！！』と昭和薬科大学 宇都口直樹教授による『薬物を生体内の目的の「場所・時間・量」運ぶ工夫』について、それぞれ講演および質疑応答を行います。</p>		
日時	12月3日(土) 14:00~16:00	<p>第17回 <b>薬に込められた様々な工夫</b></p> <p>薬物を生体内の目的の「場所・時間・量」運ぶ工夫 <b>宇都口直樹</b> 昭和薬科大学 薬剤学研究室 教授</p> <p>小さな泡が医療を変える！！ <b>鈴木亮</b> 帝京大学 薬学部 薬物送達学研究室 教授</p> <p>化学薬品である薬には<b>様々な工夫</b>が施され、はじめて「医薬品」として<b>安全かつ有効</b>に使用できるものになります。本講座でお薬に込められた様々な工夫を紹介し、さらに最先端の「泡（バブル）製剤」に関する話題を提供します。</p>
会場	町田市生涯学習センター 7階 ホール (町田市原町田6-8-1)	
定員	75名(申込順)	
費用	無料	
申込	11月上旬から電話で、町田市イベントダイヤル(042-724-5656)へ。町田市イベント申込システム「イベシス」での申込も可。詳細は広報まちだ、またはホームページをご覧ください。	
問合せ	042-728-0071 (町田市生涯学習センター)	

<b>さがまちカレッジ 気を巡らせて“ぽかぽかな体”づくりを目指しましょう！5～経絡を整えて免疫力を高めよう～</b>		主催 さがまち コンソーシアム
<p>毎年好評をいただいている講座の第5弾です。今回は、東洋医学で注目される経絡(けいらく)を学び、セルフケアに役立てます。エネルギーラインの経絡は、気・血などを運ぶ通路であり、全身を巡ります。この講座では、主要な12種類の経絡とその働きの紹介や、経絡を整えることで心身に変化をもたらす作用・効果を講師の臨床体験談を交えて解説します。また、消化機能に関連する経絡を取り上げ、その経絡を巡らせる体操や、消化を高める経絡体操も体験します。身近なセルフケアとして「気」を整える体験をしてみませんか。</p>		
日時	12月8日(木) 13:30~16:00	<p>【講師】 相模女子大学短期大学部 非常勤講師 西村 かおる 氏 カイロプラクター 山本 彩世 氏</p> <p>【申込先】 * 郵送 〒252-0307相模原市南区文京2-1-1 * FAX 042-703-8536</p> <p>※受講申込書は、ホームページからダウンロード、または、町田市・相模原市の公共施設で配布しています。(11月初旬から配布開始)詳しくはお問い合わせください。</p> <p>※受講の際はマスク着用をお願いいたします。</p>
会場	町田市生涯学習センター 6階 学習室1・2 (町田市原町田6-8-1)	
定員	20名(抽選)	
費用	2,000円	
申込	11月15日(火)まで(必着)に、郵送またはFAXで、受講申込書をさがまちコンソーシアム事務局へ。 ※ウェブ申込も可( <a href="https://sagamachi.jp/manabi/consuniv/index.html">https://sagamachi.jp/manabi/consuniv/index.html</a> ) ※申込締切までに定員に達しない場合は、引き続き申込みを受付けます。	
問合せ	042-747-9038 メール info@sagamachi.jp (さがまちコンソーシアム事務局(相模原・町田大学地域コンソーシアム))	さがまちカレッジ 