催し

市立図書館 おはなし会

ストーリーテリング・紙芝居・絵本などで、楽しいひとときを過ごしましょう。

【中央図書館☎728・8220】
○期日　7月9日、16日、30日、8月13日、20日、27日
○時間・内容　ちいさい子むけ＝午後2時から／おおきい子むけ＝午後3時から
〈おはなしフェスティバル〉
○期日　7月22日（火）～26日（土）
○時間・内容　ちいさい子むけ＝午後2時から／おおきい子むけ＝午後3時から
〈映画会〉
○期日　7月2日、8月6日
○時間　午後3時から
○会場　同館6階ホール

【さるびあ図書館☎722・3768】
○期日　7月9日、23日、8月13日、27日
○時間　各日午後3時から

【鶴川図書館☎735・5691】
○期日　7月9日、23日、8月13日、27日
○時間　各日午後3時から

【金森図書館☎710・1717】
○期日　7月2日、9日、16日、23日、30日、8月6日、13日、20日、27日
○時間　各日午後3時から

【木曽山崎図書館☎793・6767】
○期日　7月9日、16日、23日、30日、8月13日、20日、27日
○時間　各日午後3時から
〈お母さんと一緒に入れるおはなし会〉
○期日　7月23日、8月27日
○時間　午後2時20分から
〈映画会〉
○期日　7月2日、8月6日
○時間　午後3時から

【堺図書館☎774・2131】
○期日　7月9日、23日、8月13日、27日
○時間　各日午後3時から

スポーツ

スポーツ課・体育協会事務局（〒194－0045、南成瀬5－12、総合体育館内、☎724・3440）
※所定の申込用紙・大会要項は総合体育館にあります。

サマーダンスフェスティバル

直接会場へおいで下さい。
○対象　市内在住、在勤のダンス愛好者
○日時　7月13日（日）正午～午後5時20分
○会場　総合体育館
○内容　プロによるデモ、ダンスタイム
○費用　1800円（当日徴収）
※男子はダンスシューズ（金具は不可）、女子は新品のヒールカバーを着用して下さい。
圃体育協会事務局

スポーツ少年団 スポーツ大会

○対象　市内在住の小学3年生～中学2年生
○日時　7月20日（日）午前9時～午後3時
○会場　サン町田旭体育館
○種目　バドミントンダブルス個人戦
○持ち物　ラケット、上履き、水筒、昼食、タオル等
○申し込み　所定の申込用紙またはハガキに「スポーツ少年団スポーツ大会申込」と書き、ペアの住所・氏名・学校名・学年・電話番号を明記して、7月15日午後5時まで（必着）に体育協会事務局へ。

市民ウォーキング大会と初心者の歩き方講習会

直接集合場所へおいで下さい。
○資格　市内在住、在勤、在学の小学生以上の方及び会員

【市民ウォーキング大会】
○日時　7月2日（水）午前9時30分集合
○集合場所　小田急線鶴川駅前
○コース　鶴川駅前～岡上里山～玉川学園～かしの木山自然公園（昼食）～成瀬尾根緑道～総合体育館～JR横浜線成瀬駅前（午後4時頃解散、全行程15㎞）
○費用　500円（会員200円）、当日徴収

【初心者の歩き方講習会】
○日時　7月5日（土）午前9時～11時
○会場　総合体育館
○費用　100円
圃体育協会事務局

武相バレーボール大会

○資格　中学生以上の方で編成するチーム（中学生・高校生は学校単位）
○部別・期日　中学男子の部（1、2年生）・同女子の部（同）＝8月27日、28日／高校男子の部（1、2年生）＝8月26日／同女子の部（同）＝8月26日、27日／一般男子の部（18歳以上）＝9月7日、21日▽同女子の部（同）＝9月7日（以上6人制）／家庭婦人の部（9人制）＝9月14日、21日
○会場　総合体育館ほか
○競技方法　トーナメント方式、一部リーグ戦
※詳細は要項を参照下さい。
○費用　中学の部＝3000円／高校の部＝3500円／一般・家庭婦人の部＝4000円
○申し込み　大会要項を参照のうえ、7月15日午後5時まで（必着）に申し込んで下さい。
圃体育協会事務局

レディースバドミントン近郊大会

○資格　既婚または36歳以上の女性
○日時　9月10日（水）午前9時から
○会場　サン町田旭体育館
○種目　ペアの合計年齢別ダブルス個人戦
※8月5日正午からサン町田旭体育館で組み合わせを行います。
○費用　1ペア2500円（組み合わせ当日に徴収）
○申し込み　所定の用紙に必要事項を明記し、7月16日午後5時までに体育協会事務局へ。
※詳細は大会要項を参照下さい。

情報コーナー

●町田ボランティア・センターの催し

申し込み・問い合わせは同センター（〒194－0013、原町田4－9－8、☎725・4465）へ。

【夏休みボランティアスクール】
さまざまな人たちがボランティア活動に参加していることを体験しましょう／対象＝小学3年生～中学1年生の全回参加できる方／期日＝Aコース…8月4日、5日、7日、8日▽Bコース…8月4日、6日、7日、8日／時間＝午前10時～午後3時（ただし5日、6日は午前9時～午後2時）／会場＝町田ボランティア・センター講習室ほか／定員＝各コース15人（抽選）／費用＝1000円程度（保険料、材料費等）／申し込み＝往復ハガキに住所・氏名・学年・性別・電話番号を明記し、7月18日まで（消印有効）に同センター「夏休みボランティアスクール」へ。

【楽しさを伝えるレクリエーション講座】
レクリエーションを通して仲間づくりをしませんか／対象＝福祉施設の職員、ボランティア希望者／日時＝7月10日（木）、17日（木）午後7時～9時／会場＝町田ボランティア・センター講習室／講師＝実践女子短期大学教授・薗田碩哉氏／申し込み＝開催日1か月前～前日に電話で同センターへ。

●はたらけバンク・臨時職員募集
知的障がい者と共にリサイクルショップの販売業務に関する作業・援助などを行っていただきます／資格＝18歳～50歳の普通自動車免許をお持ちの方／勤務日時＝土曜日を含む週5日、午前9時30分～午後4時／賃金＝時給800円（交通費別途支給）／人員＝若干名／応募＝電話ではたらけバンク（☎797・7646）へ。

●通所授産施設「クラフト工房ラ・まの」のお知らせ
問い合わせはクラフト工房ラ・まの（☎736・1455）へ。

【染織展～自然の色・心の色】
日時＝7月4日（金）～7日（月）午前10時～午後4時／会場＝クラフト工房ラ・まの／内容＝藍染めや草木染めによる製品の展示販売

【障がい者送迎アルバイト募集】
勤務日・時間＝平日朝・夕方のそれぞれ1時間程度（応相談）／賃金＝1回750円から

●シルバー人材センター就業支援講習
対象＝60歳以上で（社）町田市シルバー人材センターに新規入会し、就業できる方／期間＝9月9日～24日の間で10日間／時間＝午前10時～午後4時／会場＝東京都高年齢者就業センター／コース名＝ハウスクリーニング／人員＝若干名（選考）／交通＝JR中央線・地下鉄飯田橋駅下車、徒歩7分／申し込み＝往復ハガキにコース名・住所・氏名・生年月日・電話番号を明記して、7月17日まで（必着）に（財）東京都高齢者事業振興財団（〒102－0072、千代田区飯田橋3－10－3、☎03・5211・2327）へ。

●花の家・サマーキャンペーン
日時＝7月5日（土）午前10時～午後4時／内容＝草花・観葉・陶器セール、喫茶・軽食／当日のフリーマーケット出展者を募集します。ハガキで7月3日まで（必着）にニーズセンター花の家（〒194－0202、下小山田町3160、☎797・6004）へ申し込んで下さい（定員7組、申し込み順）。

●あらぐさ作業所・バザー
日時＝7月5日（土）午前10時～午後3時／会場＝ぽっぽ町田／物品を提供して下さる方はご連絡下さい。取りに伺います／圃あらぐさ作業所☎798・0388

●住まいの無料相談会
各分野のスペシャリストが相談を承ります／日時＝7月6日（日）午前10時～午後3時／会場＝ぽっぽ町田／圃町田商工会議所☎722・5957

●毎月勤労統計調査特別調査にご協力下さい
東京都では、労働行政の基礎資料とするため、常用労働者が1～4人の事業所を対象とし、そこで働く方々の給与、労働時間などを調べる「毎月勤労統計調査特別調査」を8月に実施します。なお、調査票に記入いただいた内容等は、統計以外の目的には使用されません。調査に当たっては調査員が伺いますので、ご協力をお願いします／圃東京都総務局人口統計課☎03・5321・11111内線25－531～5

健康メモ

（町田市医師会）

夏風邪

夏に子どもを中心に流行する病気を夏風邪といっています。中で一番多いのが急性上気道炎（いわゆる風邪）です。特徴のあるのが手足口病、ヘルパンギーナなどです。みなウイルスが原因です。そのウイルスは何種類もありますので毎年流行したり、何回もかかることもあります。家族や集団の中で、せきなど飛まつ感染や便からでたウイルスが口に入ってうつります。潜伏期は2日から5日位です。

急性上気道炎は発熱、頭痛、体のだるさなど一般的な風邪症状です。吐いて下痢をするなど胃腸炎の症状のでることもあります。症状はほとんどが軽いのですが、まれに熱が一週間続くことも、肺炎になることもありますので無理はしないで下さい。

手足口病は乳幼児に多いですが、小学生も大人もかかります。口内炎と手のひら、足の裏、肘、膝、おしりに2～5ミリ位のもりあがった発疹ができ、一週間ぐらいで自然に消えていきます。熱も少し出ることがあります。稀ですが、強い頭痛、おうとなどの症状の髄膜炎になることもあります。熱などの全身症状が改善しましたら発疹が残っていても登園、登校など生活の制限はありません。ただし医療機関での登園、登校許可証が必要です。

ヘルパンギーナも乳幼児に多い病気です。三日間位の高熱とのどの奥に口内炎ができ、それがつぶれてとても痛がります。口内炎の症状は一週間ほどで治ってきます。

手足口病もヘルパンギーナも口内炎の痛みをやわらげるなどの治療をします。痛くて食べ物を飲み込めないときは水分の補給を十分にしてあげてください。

もう一つ、いままでの病気と原因となるウイルスが異なりますが、やはり夏に多い咽頭結膜熱という病気があります。めやに、のど、便などから感染します。プールで流行したりしますのでプール熱ともいっています。潜伏期は5日から7日です。症状は5日程度の高熱とのどの痛み、結膜炎などです。症状をこじらせないような治療をしながら安静にして治るのを待ちます。結膜炎のときは目やになどから感染が広がることがありますので注意が必要です。

夏風邪は経口感染、飛まつ感染ですので、小さいお子様はむずかしいかもしれませんが、予防には手洗い、うがいが良いと思います。

エアコンの季節です
エアコン洗浄
問・社町田市シルバー人材センター☎723・2147