

健康案内

健康づくり

糖尿病予防 栄養講習会

健康課 ☎725・5178
糖尿病は放置すると失明や腎不全・壊疽など怖い合併症を起こす危険があります。しかし、食事や生活に気をつけることで十分に自己管理もできます。この機会に受講してみませんか。

対象 基本健康診査等で「糖尿病」「血糖値が高い」等の指摘を受けたことのある方

日時 1月28日(水)午前9時50分～正午

会場 健康福祉会館

内容・講師 糖尿病とはどんな病気か、保健師、試食、食事療法の基本と食品交換表について、栄養士

定員 10人(申し込み順)

持ち物 基本健診等の結果
申し込み 電話で健康課へ。

高脂血症予防 栄養講習会

健康課 ☎725・5178
対象 高脂血症が気になる方
日時 2月3日(火)午後1時30分～4時(1時10分から受付)

会場 健康福祉会館

内容・講師 高脂血症はどんな病気か、保健師、食生活の注意点について、栄養士、試食とグループワーク

定員 50人(申し込み順)

申し込み 電話で健康課へ。

お知らせ

募集

ひなた村

アルバイト

対象 子どもが好きな18歳以上30歳未満の方(高校生は除く)

勤務期間 4月1日～平成17年3月31日

勤務日 月々金曜日で週4日(行事等で土・日曜日、祝日含む)

勤務時間 午前8時30分～午後5時

勤務場所 すみれ会館内

募集人員 若干名

報酬 市基準に基づき支給

選考方法 書類、面接

応募 履歴書・免許証のコピーを郵送で2月10日まで(必着)にすみれ教室(〒194・0021、中町2・13・14、☎726・6570)へ。書類選考のうえ、面接日時をお知らせします。

事業名	会場	期日	時間	対象	内容	
母親学級 -4日間コース (申し込み制)	健康福祉会館	6日(金)	午後1時30分～4時	16~25週の妊婦	1日目	快適なマタニティライフのために
		13日(金)			2日目	妊娠中の日常生活と保育、妊婦体操(実習)
		20日(金)			3日目	歯の衛生、生活と栄養
		28日(土)	4日目		もく浴法、呼吸法(実習)	
離乳食講習会 (申し込み制)	健康福祉会館	13日(金)または27日(金)	午前9時55分～11時45分	4~5か月児	離乳食の進め方のお話と試食	
		20日(金)	受付 午前9時30分から	8~9か月児	離乳食後期のお話と試食、歯の話	
乳幼児 母性相談	健康福祉会館	2, 9, 16, 23日(月)	受付 午前9時45分～11時30分 午後1時30分～3時	2か月児～就学前	身長・体重測定、保育相談、栄養相談、母性相談、家族計画の相談	
	子どもセンターばあん	13日(金)				
	鶴川分館	5日(木)				
	健康相談室忠生	18日(水)				
	堺市民センター	4日(水)				

公開しています

町田市庁舎問題 検討委員会

傍聴を希望される方は、事前に企画調整課(☎724・2103)へご連絡下さい。

日時 2月6日(金)午後6時～8時

会場 健康福祉会館4階講習室

定員 30人(申し込み順)

駐車場は使用できませんので、車の来場はご遠慮下さい。

町田市生活排水 対策協議会

町田市生活排水対策協議会第2回会議を行います。傍聴を希望される方は、環境保全課(☎724・2711)へご連絡下さい。

日時 1月22日(木)午前10時～正午

会場 境川クリーンセンター

議題 新・町田市生活排水対策推進計画について、ほか

定員 5人(申し込み順)

ご案内

都市計画案 ご覧下さい

都市計画案「町田市都市計画都市計画区域の整備、開発及び保全の方針の決定」、「町田市計画都市再開発の方針の変更」及び「町田市計画住宅市街地開発整備の方針の変更」について(縦覧)いただけます。

縦覧期間中、住民及び利害関係人は、意見書を提出することができます。

期間 1月21日(水)～2月4日(水)、土・日曜日を除く

道徳授業 地区公開講座

【三学期の公開予定】
道徳の時間の授業参観の後、意見交換会を行います。

保護者・市民どなたでも自由に参加できますので、どうぞご出席下さい。

詳細は各学校へお問い合わせ下さい。

道徳授業地区公開講座日程表

学校名	期日	開始時刻
本町田東小学校	2月6日(金)	13時35分
小山田小学校	2月6日(金)	13時40分
木曾境川小学校	2月7日(土)	9時35分
つくし野小学校	2月17日(火)	13時45分
鶴川第二中学校	2月18日(水)	13時25分

償却資産(固定資産税) 申告はお済みですか

市内で事業を営んでいる個人及び法人の方は、毎年償却資産の申告が必要です。

申告されていない方はお早めにお知らせします。

入院見舞金を 支給します

町田市の老人保健法医療受給者証、高齢受給者証(昭和7年10月1日以降生まれで70歳に達した方)または福医療証をお持ちの方が医療機関に30日以上継続して入院した場合、入院見舞金が支給されます。

対象 市内に1年以上お住まいの方で、本人の前年の所得が基準額(右下表参照。1月～6月の入院分については前々年の所得)以下の方及び生活保護法による保護

扶養人数	所得基準額(円)
0人	2,572,000
1人	3,052,000
2人	3,432,000
3人	3,812,000

4人以上の場合 1人につき38万円を加算して下さい。

を受けていない方を支給額 1万円

介護保険の入院は対象になりません。

入院日数は1つの医療機関での日数です。

平成12年3月31日以前に入院した場合は、改正前の基準(7日以上の入院が対象)により入院見舞金を支給します。

申請に必要なもの(領収書等)印鑑 老人保健法医療受給者証、高齢受給者証または福医療証 受給者本人の振込口座(郵便局は除く)が分かるもの

4 町高齢者福祉課 ☎724・214

自然休暇村
4月分の利用
大地沢青少年センター
5月分の利用
2月4日から受付開始
予約は全て電話受付です。
☎782・3800

【自然休暇村4月分】
今回受付をする利用日は、4月1日～28日です。

4月29日～5月5日はゴールデンウィーク期間として別に受け付けます。

【大地沢青少年センター5月分】
今回受付をする利用日は、5月1日～31日です。

月曜日の午後及び火曜日は休館です。

市の事業等実施のため、利用できない日があります。

申し込みできる方 市内在住、申し込み、問い合わせは(財)相模原市都市整備公社・けやき会館(☎753・3333)へ。

4月13日～14日は休館日のため利用できません。

キャビンは4月28日から利用できます。

なお、3月分までの予約は随時受け付けています。

申し込みできる方 市内在住、在勤、在学の方とその家族

レストランでは、朝夕2食2000円で食事を提供します(要予約)。

【大地沢青少年センター5月分】
今回受付をする利用日は、5月1日～31日です。

市内在住の方は、「相模原市民たてしな自然の村」(長野県北佐久郡立科町・女神湖の近く)も利用できます。

申し込み、問い合わせは(財)相模原市都市整備公社・けやき会館(☎753・3333)へ。

在勤、在学の方が過半数のグループまたは個人
なお、4月分までの予約は随時受け付けています。

申し込み 2月4日午前8時30分～9時に大地沢青少年センター(☎782・3800)へお電話(☎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。抽選結果は午前10時30分までに連絡し、以降は電話先着順の受付となります。

市内在住の方は、「相模原市民たてしな自然の村」(長野県北佐久郡立科町・女神湖の近く)も利用できます。

申し込み、問い合わせは(財)相模原市都市整備公社・けやき会館(☎753・3333)へ。