

健康づくり

健康づくり講習会

【高血圧・高脂血症予防4日間コース】
健康課 ☎725・5178

生活習慣病予防について一緒に勉強してみませんか。専門スタッフが適切な栄養摂取、運動、休養等についてアドバイスします。左上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をお持ちの方で4日間参加でき、表のどれかの数値の幅にあてはまる要指導レベルの会場 健康福祉社会館
定員 24人(抽選)
申し込み 8月28日までに電話で健康課へ。

健康づくり講習会日程表

日 時	内 容
9月6日(水) 午後1時30分～4時	・病態についての講話(医師) ・予防食についての話(栄養士)
9月13日(水) 午前9時30分～午後0時20分	・食べ方について ・調理実習
9月20日(水) 午前または午後(予約制)	・個別相談「私の改善点と目標」
9月27日(水) 午後1時30分～4時20分	・運動の話と実技(運動指導員) ・ストレスと休養(保健師)
要指導レベルの検査値	
最大血圧 130～159mmHg	総コレステロール 200～259mg/dl
最小血圧 85～99mmHg	HDLコレステロール 34～39mg/dl
	中性脂肪 150～299mg/dl

お知らせ

募集

まちだ中央公民館

保育士

公民館主催の保育付講座実施に伴い、保育士を募集します。

子どもセンターつるつるこ 来館10万人



10万人目の来館者 新井さん親子

昨年4月にオープンした子どもセンターつるつるこで、7月16日に来館者が10万人を達成しました。10万人目は、鶴川にお住まいの新井鳳介くんとお母さんでした。鳳介くんとお母さんは、2か月前から、つるつるこを利用しはじめたそうで、当日も普段のように遊びに来たところ、突然の祝福に大変驚いていました。

新井さんには市から記念品として手作りの花束とメダル、フォトフレームが贈られました。子どもセンターつるつるこは、鶴川地域の子どもの自由な遊びの拠点、子育ての拠点として、0歳から18歳までの子ども

ごみダイエット!

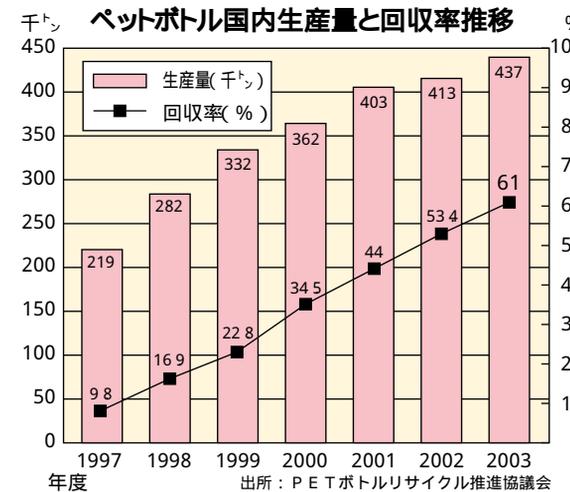
まちだ流 忍法・へらしの術

Vol.21

飲料容器の巻



市の清掃工場には、毎年多くの小学生が社会科見学のために訪れます。そして皆さん、小さな肩に水筒を提げています。その水筒には保護者の方の愛情が詰まっています。飲み終わったビン、カン、ペットボトルなど飲料容器は、ルールを守ってリサイクルすることがとても大切です。でも、リサイクルには、運搬や再生にエネルギーを必要とします。皆さんがこれからは大人になっても、出かける時には水筒を持参するように努力していきましょう。



その他の国内飲料容器回収率(2003年度)
ビン 90%
スチールカン 87%
アルミカン 82%
牛乳パック 24%

「おいしい、経済的、環境にやさしいと、自分にとってはまさに一石三鳥です。」と話してくれました。飲料容器の回収率は皆さんの方々の協力で年々上昇しています(左図参照)。しかし、「飲み物は買うもの」という感覚も定着してしまつたようにも思います。皆さんも、今度の外出の時はぜひ、手作りの飲み物を持参してみてください。『最初の一本』から、無理のないように始めるのがコツです。

ご利用下さい

町中融 田小資 市業度

町田市中企業融資制度概要

融資の種類	融資限度額	融資利率	融資期間・返済方法	保証人
運転資金	1,000万円	年利2.2%(1.5%)	5年以内(6か月の据置期間を含む) 割賦返済	法人は代表者個人の連帯保証が必要
設備資金		年利1.8%(1.8%)	7年以内(6か月の据置期間を含む) 割賦返済	
バリアフリー化整備資金	500万円	年利1.8%(1.8%)	7年以内(12か月の据置期間を含む) 割賦返済	
環境改善整備資金		年利2.0%(1.5%)	5年以内(6か月の据置期間を含む) 割賦返済	
開業資金	500万円	年利2.0%(1.5%)	5年以内(6か月の据置期間を含む) 割賦返済	
緊急資金		年利2.2%(1.5%)		
小規模企業特別資金	500万円	年利2.2%(1.5%)	5年以内(6か月の据置期間を含む) 割賦返済	

バリアフリー化整備資金、環境改善整備資金及び緊急資金は他の資金と重複して申し込みができます。融資資格確認書を発行しますので、事前にご相談下さい。この制度は、信用保証機関(東京信用保証協会)の保証が必要です。また、信用保証機関の指示により上表のほかに保証人を要することもあります。信用保証料の約1/2を5万円を限度(バリアフリー化整備資金及び環境改善整備資金は全額)として融資時に補助します。また利子については()内の利率による額を年2回に分け補助します。

町田市民文学館 臨時職員登録受付

対象 60歳未満の方で文学館の業務に関心のある方
勤務時間 土・日曜日、祝日(月1回程度)を含む月14日以内、午前8時30分～午後5時
仕事内容 文学館業務全般(資料整理、展示準備作業、書架整理、受付カウンター補助、学習事業補助等)

契約期間 1か月、6か月以内
登録有効期間 随時受付を行う

公開しています

町田市障がい者計画 検討委員会

傍聴を希望される方は、8月18日(金)の午後5時までに環境保全課(☎724・2711)へご連絡下さい。

町田市環境審議会

傍聴を希望される方は、8月18日(金)の午後5時までに環境保全課(☎724・2711)へご連絡下さい。

ご案内

戦没者等の遺族の皆さんへ
特別弔慰金が支給されます

日時 8月21日(月)午後6時30分～8時30分
会場 森野分庁舎2階第3会議室
議題 町田市役所環境マネジメントプログラムの実績について
定員 10人(申し込み順)

戦没者等の死亡当時のご遺族で、平成17年4月1日において遺族年金等を受け取る方がいない場合に、額面40万円、10年償還の記名国債が支給されます。対象となるご遺族は次の順番により優先順位のご遺族お一人です。

1. 弔慰金の受給権者
 2. 戦没者等の子
 3. 戦没者等と生計関係を有しており、戦没者等と氏名が同じである父母、孫、祖父母、兄弟姉妹
 4. 右記3以外の 父母、孫、兄弟姉妹
 5. 右記1から4以外のご遺族
- 生活福祉部計画課係(☎03・5320・4077、☎03・5320・4077、☎03・5320・4077、☎03・5320・4077)へ。