

ご案内

地域介護予防教室
「チャレンジ！ロコモ予防」
ロコモ予防のための体操教室を体験し、栄養について学びながら、地域の仲間作りを行います。

生涯学習センター
①手作りコースII手作り子ども成取との関係性を学び、生活の取り入れられる手作り品(おもちゃ、食器等)について学ぶ②音コースII子どもの成長に関わる音の効果性を学び、音を使って楽しむ方法(遊び)を学ぶ

健康運動指導士、管理栄養士
定20人(申し込み順)
5月31日午後5時までに電話で南第1高齢者支援センターへ。

当市について南第1高齢者支援センターへ。
789、教室全般に関すること町田市高齢者福祉課☎724-2146 FAX050-3101-6180

生涯学習センターへ家庭教育支援学級
詳細は、生涯学習センター、各市民センター、各子どもセンター等で配布する募集案内をご覧ください。(町田市ホームページでもご覧いただけます)
子育て中で、家庭教育支援活動に意欲や関心のある方

6月〜2017年3月の毎月2回①火曜日、6月は7日、21日の木曜日、6月は16日、30日、いずれも午前10時〜正午

催し

アンガーマネジメント講座
イライラと上手に付き合うための心理教育、アンガーマネジメントの基礎を知り、自分の怒りとの上手な付き合い方を学びます。

6月8日(水)午前10時〜正午
町田市民フォーラム
調(一社)日本アンガーマネジメント協会公認ファシリテーター・高田しのぶ氏



先月14日から続く熊本地震は、熊本県を中心に大きな被害をもたらしました。亡くなられた方々のご冥福をお祈りするとともに、被災された皆様にお見舞い申し上げます。

町田市では、4月の最終週に、東京都や三多摩各市とともに、建物の倒壊の危険度を判定する危険度判定士を現地に派遣しました。罹災証明発行についても先週、職員派遣をしていきます。今後も保健師

品コーナー(一人10歳以内衣類・食器は出品不可)を設けます。詳細は同公社(☎797-9617)へお問い合わせ下さい。

品コーナー(一人10歳以内衣類・食器は出品不可)を設けます。詳細は同公社(☎797-9617)へお問い合わせ下さい。

生涯学習センター
①手作りコースII手作り子ども成取との関係性を学び、生活の取り入れられる手作り品(おもちゃ、食器等)について学ぶ②音コースII子どもの成長に関わる音の効果性を学び、音を使って楽しむ方法(遊び)を学ぶ

健康運動指導士、管理栄養士
定20人(申し込み順)
5月31日午後5時までに電話で南第1高齢者支援センターへ。

当市について南第1高齢者支援センターへ。
789、教室全般に関すること町田市高齢者福祉課☎724-2146 FAX050-3101-6180

生涯学習センターへ家庭教育支援学級
詳細は、生涯学習センター、各市民センター、各子どもセンター等で配布する募集案内をご覧ください。(町田市ホームページでもご覧いただけます)
子育て中で、家庭教育支援活動に意欲や関心のある方

6月〜2017年3月の毎月2回①火曜日、6月は7日、21日の木曜日、6月は16日、30日、いずれも午前10時〜正午

催し

野津田公園ばら広場、野津田パーククラフ
5月下旬から、ばら広場では、「アラハム トーマス」など、3800種約8400株のバラが見どころを迎えます。身近に感じられる広場でお手入れ体験をしてみませんか。

5月11日(日)正午〜6月1日に電話でイベントダイヤル(☎724-5656)へ。保育希望者(1歳6か月以上の未就学児は併せて申し込みを。男女平等推進センター☎723-2908 FAX723-2946



季節が初夏になりました。気温がかなり高くなり、25度以上の夏日を記録する日が多くなりました。避難所での生活が長くなると、健康面も心配になります。暑さに慣れていない時期で、熱中症には注

意が必要です。市民の皆さんも、十分お気を付け下さい。夏鳥が今年もやってきます。通過して行く個体もさまざまです。センダイムシクイ、コマドリ、サンショウウオイ、キビタキなどです。この時季、樹木の葉が茂り、ほとんど姿を見ることができませんが、ささきなどの声で種類を知ることになります。スズメやシジュウカラなどの留鳥も、繁殖の季節を迎え、エナガなどは既に巣立ち雛を運んだ群れが枝から枝へと移動しているのを見ることが

品コーナー(一人10歳以内衣類・食器は出品不可)を設けます。詳細は同公社(☎797-9617)へお問い合わせ下さい。

自分の健康は自分で守り育てる 身体の状態を知って 健康の保持・増進を
成人健康診査は受けた後が大切です! 「保健指導」を受けましょう

町田市の健診・検診情報
町田市成人健康診査
対象 担当課 通知/受診期間 受診場所 検査項目 負担金

どのようなプログラムが受けられるの?
体験型セミナー
面接
電話や手紙、Eメールによるサポート
振り返り

がん検診・肝炎ウイルス検診・歯科口腔健康診査
実施医療機関へ直接申し込み下さい/勤務先や学校等で検診を受ける機会のない方が対象です/対象年齢は、年度内(2016年4月1日〜2017年3月31日)に誕生日を迎えて達する年齢です。

普段の行動にあと10分! 動いて 歩いて いつまでも健康に! +10 (プラス・テン)
普段から元気にからだを動かすことで、糖尿病、心臓病、脳卒中、がん、認知症などになるリスクを下げることができます。