

わくわく仲間づくり カレッジ 講座参加者募集

市内在住の65歳以上の方
 定 各20人(抽選、結果は9月26日ごろ発送)
 費 1回あたり250円、次の講座はそれぞれ別途材料費が必要(脳機能アップ園芸=1000円、初心者参加型俳句=300円、回想ミニスケッチ=1000円、組み合わせ創作初心者パッチワーク=1500円)
 申 希望する講座を選び(1人1講座のみ)、9月14日正午~20日に電話でイベントダイヤル(☎724・5656)へ。
 問 町田市シルバー人材センター☎723・2147(受付時間=午前9時~午後4時)

わくわくカレッジ日程表

講座名	日時	会場
脳機能アップ園芸	①10月3日~11月7日 ②11月14日~12月12日、いずれも月曜日、午後1時30分~3時30分、各全5回	成瀬あおぞら会館(西成瀬)
初心者参加型俳句	10月4日~12月13日の火曜日、午後1時30分~3時30分、全10回	成瀬あおぞら会館(西成瀬)
発声と歌	10月7日~12月9日の金曜日、午後1時30分~3時30分、全10回	成瀬あおぞら会館(西成瀬)
回想ミニスケッチ	10月4日~12月6日の火曜日、午後1時30分~3時30分、全10回	わくわくプラザ町田(森野)
組み合わせ創作初心者パッチワーク	10月6日~12月15日の木曜日、午前9時30分~11時30分、全10回	わくわくプラザ町田(森野)

**健康的に輝きたい
ポールウォーキング**
 歯の健康講座と栄養講座に加え、ポールウォーキングを習得し健康な体作りを目指します。また、講座終了後も受講した仲間と活動を共にする内容になっています。
 市内在住のおおむね65歳以上の方
 日 10月5日~11月30日の毎週水曜日(11月23日を除く)、



午前10時~11時30分、全8回
 場所 藤の台ホール(本町田)
 講師 歯科医師、栄養士、ポールウォーキング講師
 腰痛、ひざ痛の予防と改善、筋力維持のための体操を学び、健康な体作りを目指します。また、口腔機能向上講座も2回実施します。講座終了後も受講した仲間と活動を共にする内容になっています。
 日 鶴間・小川・つくし野・南つくし野在住のおおむね65歳以上の方
 日 10月14日~12月2日の毎週金曜日、午前10時~正午、全8回
 場所 原クラブ会館(南町田)

地域介護予防教室

「自分はまだ元気だから介護予防なんて必要ない!」そんなこと思っていないませんか?
 元気なうちから介護予防に取り組みことで、心身の老化も予防でき、自立した生活を長く送ることが出来ます。
 元気に自分らしく生活するために、自ら進んで介護予防に取り組みしましょう。

はつらつ健康体操教室

腰痛、ひざ痛の予防と改善、筋力維持のための体操を学び、健康な体作りを目指します。また、口腔機能向上講座も2回実施します。講座終了後も受講した仲間と活動を共にする内容になっています。
 日 鶴間・小川・つくし野・南つくし野在住のおおむね65歳以上の方
 日 10月14日~12月2日の毎週金曜日、午前10時~正午、全8回
 場所 原クラブ会館(南町田)

元気なうちから 介護予防に取り組みしましょう

問 高齢者福祉課☎724・2146 FAX 050・3101・6180

スタンプを集めて 介護予防! 介護予防手帳を 活用しましょう

市内在住のおおむね65歳以上の方に配布しています。介護予防教室の開催状況、各種事業の紹介や活動記録帳など、介護予防に役立つ情報を掲載しています。
 高齢者福祉課や高齢者支援センターが開催する介護予防事業に参加をし、スタンプを集めることで景品と交換できます(景品は数に限りがあります)。
 1年間の取り組み計画や、ご自身の介護予防活動の記録帳としてご利用下さい。
 ○手帳の配布場所
 ・高齢者福祉課窓口(市庁舎1階112窓口)
 ・高齢者支援センター
 ・町田市シルバー人材センター



士 講 歯科衛生士、健康運動指導士
 定 20人(申し込み順)
 申 9月11日午前9時~30日午後5時に電話で南第1高齢者支援センターへ。
 問 同センター☎796・2789

食生活改善普及運動 月間イベント

9月は「食生活改善普及運動」月間です。「食事をおいしく、バランスよく」をテーマにイベントを行います。
 ※直接会場へおいで下さい。
 日 9月15日(木)、16日(金)、いずれも午後0時30分~2時30分
 場 イベントスタジオ(市庁舎1階)
 内 体重体組成計による体年齢測定、食生活に関するパネル展示やゲーム等
 ※塩分測定ができます。希望

市内在住、在勤、在学の16歳以上で、健診希望日の前後1年間、胸部エックス線検査を受ける機会のない方
 日 10月5日(水)、18日(火)、11月2日(水)、15日(火)、12月7日(水)、20日(火)、いずれも午前9時30分~11時
 場 町田市保健所(中町庁舎)
 定 各20人(申し込み順)
 申 受診希望日の1週間前までに電話でイベントダイヤル(☎724・5656)へ。
 問 保健総務課☎722・6728 FAX 050・3101・8202
 問 保健予防課☎722・7636 FAX 722・3249

健康づくり講演会

講演前に、町田市医師会による「病院・診療所の役割の違いと地域医療連携について」のお話があります。
 ※要約筆記があります。
 日 10月15日(土)午後3時~4時50分
 場 町田市民フォーラム
 内 体に優しい新たな心臓血管治療「負担が少なくなった最新の治療法」
 講 町田市市民病院心臓血管外科担当部長・廣田真規医師
 定 180人(申し込み順)
 申 9月12日正午~10月13日に電話でイベントダイヤル(☎724・5656)へ。
 問 保健総務課☎722・6728 FAX 050・3101・8202

ご案内

8月18日に「平成27年度町田市決算審査意見書」が、監査委員から市長に提出されました。
 また、「平成27年度町田市決算審査意見書等が提出されました」
 日 10月2日(日)午前10時~午後4時(受け付けは午後3時30分まで)
 場 ぼっほ町田
 問 広聴課☎724・2102 FAX 050・3085・3127

無料相談会

遺言書の書き方や相続全般、不動産の取引におけるトラブル、鑑定・評価・登記一般に関する事、建築設計、住宅耐震診断、土地の境界・測量、年金・労働問題等の相談に「未来を創るアーバンネットまちだ」登録団体の専門家がご答えします。国の行政に関する要望も受け付けます。
 ※相談時間は1人30分以内です。
 ※直接会場へおいで下さい。
 日 10月2日(日)午前10時~午後4時(受け付けは午後3時30分まで)
 場 ぼっほ町田
 問 広聴課☎724・2102 FAX 050・3085・3127

7月1日付で新たに 2人の人権擁護委員 が委嘱されました

7月1日付で退任された丸山昌吾委員、若林文字委員に代わって、新たに2人の人権擁護委員が委嘱され、7月26日に東京都法務局による委嘱状の伝達式が行われました。
 今回、人権擁護委員に委嘱されたのは、星越健一委員・村上貞司委員の2人です。現在、町田市の人権擁護委員は健全化判断比率等審査意見書」と「2016年第1回定期監査結果報告書」も同日に提出されました。
 意見書等は町田市ホームページ(トップページ)↓市の監査、各市立図書館でご覧いただけます。
 日 監査事務局☎724・2547 FAX 050・3161・7662
 問 監査事務局☎724・2547 FAX 050・3161・7662

会議名	日時	会場	定員	申し込み
町田市教育委員会定例会	9月14日(水)午前10時から	市庁舎10階会議室10-3~5		会議当日に教育総務課(市庁舎10階、☎724・2172)で受け付け
町田市指定管理者管理運営状況評価委員会(対象施設=原町田一丁目駐車場、南大谷子どもクラブ、南大谷学童保育クラブ、小山田学童保育クラブ、山崎学童保育クラブ)	9月29日(水)午後1時30分から	市庁舎5階会議室5-3	10人(申し込み順)	事前に電話で総務課(☎724・2108)へ