

費用の記載のない事業は無料です

市民パソコン体験講習会のご案内

パソコンに関心をお持ちの方、パソコンを始めたいと思っている方の参加を募集しています。
【場所】 さくら会館 1 階シルバー人材センター内
【対象】 おおむね 20 歳以上で、2 日間のコースを通して参加できる方
【定員】 下記の各コース 8 人（合計 32 人）

Table with 4 columns: Course, Lecture Number, Date/Time, Content. Includes '文章作成コース' and 'インターネット・メールコース'.

※抽選。結果は後日通知します。
【申込方法】 往復はがきで 4 月 24 日（必着）までにお申し込みください。
【往信・表】 〒197-0024 福生市牛浜 163（さくら会館内）シルバー人材センター
【往信・裏】 住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号、希望の講習番号（第 2 希望まで）
【返信・表】 ご自分の郵便番号、住所、氏名
【問合せ】 シルバー人材センター ☎ 553・3261 ※午前、午後とも同じ内容です。

プレイパークについて一緒に考えてみませんか？



市では、平成 25 年度から「プレイパーク（冒険遊び場）」を結成し、子どもたちが自由な発想で遊べる場所について、検討を行っています。活動の拡大に合わせ、さらに会員の募集を行います。
※プレイパークとは、子どもが自由な発想で遊びを作り出し、普通の公園ではできないさまざまな体験ができる場所です。

【内容】 検討会、試験的一日プレイパークの実施等
※会議は月 1 回 2 時間程度、会議開催時間は主に平日午後 6 時 30 分
【平成 27 年度第 1 回会議の日程】 4 月 27 日（月）予定
【募集人数】 10 人程度
【報酬】 無し
【応募資格】 ①平成 27 年 4 月 1 日現在満 20 歳以上で市内在住の方 ②プレイパークのような子どもの遊び場に関心のある方 ③市政への参画意欲のある方
【応募期間】 4 月 16 日（木）～ 24 日（金）
【応募方法】 任意の用紙に

赤ちゃんとの親子遊びや歯・食事の話、事故防止についてなどのお話をします。ほかのお母さんとの交流もしながら、楽しい時間を過ごすべくベビークラス（babyclass）
【問合せ】 保健センター ☎ 552・0061

二種混合予防接種のご案内
乳幼児のころに接種した三種混合（ジフテリア、百日せき、破傷風）のうち、ジフテリア、破傷風は、11 歳～13 歳未満の時期に、免疫の維持・強化を目的として追加接種を行います。
予診票は 11 歳を迎えた翌月に、対象者に個別にお送りしますので、同封の市内指定医療機関で接種してください。
【対象】 11 歳～13 歳未満
※福生市内に転入された方、紛失等で予診票がお手元がない方は、母子健康手帳をお持ちのうえ、保健センターへお越しください。
【問合せ】 保健センター ☎ 552・0061

新生活は、新しい環境でストレスを感じる事が多くなりがちです。ストレスを減らす方法のひとつとして、生活の中に笑いを取り入れてみませんか？
「笑うことによる効果」
・副交感神経が活発になり、リラクゼーション効果が得られる。
・ナチュラルキラー細胞が活性化し、免疫力が上がる。
・周囲の雰囲気も協力的になり、対人関係のストレスが減る。
・腹筋が引き締められ、エネルギーも消費する。
また、口角を上げた表情を作るだけでも副交感神経が刺激されるそうです。「おいしい」「すてき」「かっこいい」など、「イ」の音で終わる単語を、語尾を伸ばすように発音してみると、自然な表情で笑顔を作れます。まずは笑顔を作るところから始めてみませんか？
季節を問わず、うがい・手洗いを忘れずに！
【問合せ】 保健センター ☎ 552・0061

を過ごしませんか？
【日時】 5 月 28 日（木）午前 10 時～11 時 30 分ごろ
【場所】 保健センター 1 階講習室
【対象】 6 か月～1 歳ぐらいの赤ちゃんとその保護者
【定員】 先着親子 20 組
【申込み】 4 月 17 日（金）から保健センター ☎ 552・0061へ。

★ 児童館で遊ぼう！ 4 月その 2 ★

- \*ひろば事業\*
乳幼児と保護者を対象とした、子育て支援事業です。
【熊川児童館 ☎ 539・1515】
・遊具開放 DAY 20 日（月）・22 日（水）・27 日（月）午前 10 時～正午 【対象】 幼児と保護者
・こぐまひろば 21 日（火）午前 10 時 30 分～正午 【対象】 0、1 歳児と保護者
・くまさんひろば 28 日（火）午前 10 時 30 分～11 時 30 分 【対象】 1 歳 6 か月以上の幼児と保護者
・もちこみカフェ 30 日（木）午前 9 時～午後 1 時 【対象】 乳幼児と保護者
\*多世代交流事業\*
・くまがわ元気スポット 23 日（木）午前 10 時 10 分～11 時 30 分 【対象】 幼児と保護者、地域の皆さんどなたでも参加できます。【持ち物】 うわばき、水筒、タオル
【田園児童館 ☎ 552・3133】
・親子であそぼう 21 日（火）午前 10 時 30 分～11 時 30 分 【対象】 1 歳 6 か月以上の幼児と保護者

- ・みんなのひろば 22 日（水）～24 日（金）午前 10 時 30 分～11 時 30 分 【対象】 乳幼児と保護者
・よちよちすくすくひろば 28 日（火）午前 10 時 30 分～正午 【対象】 0、1 歳児と保護者
・おはなしの日 30 日（木）午前 11 時～11 時 20 分 【対象】 乳幼児と保護者
【武蔵野台児童館 ☎ 553・8822】
・親子の楽しいリトミック 21 日（火）午前 10 時 30 分～11 時 30 分 【対象】 1 歳 6 か月以上の幼児と保護者
・わんぱくひろば 23 日（木）午前 10 時 30 分～正午 【対象】 2 歳以上の幼児と保護者
・ぴよぴよひろば 27 日（月）午前 10 時 30 分～正午 【対象】 0 歳児と保護者
・とことこひろば 28 日（火）午前 10 時 30 分～正午 【対象】 1 歳児と保護者
※各館とも、事業終了後、子育ての悩み相談や情報交換を行っています。詳細は各館へお問い合わせください。
★児童館ホームページ (http://www.fussa-jidoukan.net/) もご覧ください。



市民会館催し物

- ▼和太鼓ワークショップ参加者募集
和太鼓兄弟ユニット「は・や・と」の金刺敬大氏を講師に迎えた本格的な太鼓ワークショップ。
祭囃子も体験できる「①お祭り編」と、みんなで曲をつくる「②創作編」を開催します。
ワークショップの最後にはステージ上で成果を発表します。両方の参加も可能です。
【日時】 6 月 7 日（日）
①午前 10 時～正午
②午後 1 時 30 分～4 時
【場所】 市民会館大ホール（もくせいホール）
【対象】 小学 3 年生以上
【定員】 ①②各 14 人 ※抽選
【参加費】 ① 1,500 円
② 2,000 円
【申込み】 4 月 21 日（火）～5 月 20 日（水）までに、往復はがき往信面に、住所、氏名（ふりがな）、年齢（学年）、性別、電話番号をご記入のうえ、〒197-0011 福生市福生 2455 福生市民会館「和太鼓ワークショップ」係へ。
▼ふっさ・ザ・シネマ vol. 3
【日程】 5 月 9 日（土）
①「ヒックとドラゴン」（2010 年・アメリカ・98 分）
【時間】 午前 10 時開場・10 時 30 分開演
②「おじいさんと草原の小学校」（2012 年・イギリス・103 分・字幕）
【時間】 午後 1 時開場・1 時 30 分開演
【場所】 市民会館小ホール（つつじホール）
【定員】 各回先着 260 人
※詳細は 4 月 15 日に発行の「福生市民会館 イベントインフォメーション ふりずむ vol. 3」でご確認ください。
【問合せ】 市民会館 ☎ 552・1711

