

下水道モニター募集

【内容】アンケートの回答、施設見学会への参加等

【資格】4月1日現在、満20歳以上で都内在住の方（公務員、過去にモニターを経験した方、島しょ在住を除く）で、ホームページの閲覧とEメールの送受信ができる方

【募集人数】1,000人程度（応募者多数の場合は、選考により決定）

【任期】4月1日から1年間

【申込み】東京都下水道局ホームページ（http://www.gesui.metro.tokyo.jp/）をご覧ください。2月28日（金）までにお申し込みください。

【問合せ】東京都下水道局広報サービス課 ☎03・5320・6693

下水道使用料の減免について
障害者世帯の下水道使用料の基本料金相当額、一世帯当たり月336円を減免します。

【対象】住民税（市・都民税）が非課税の世帯で、次の要件に該当する方を構成員とする世帯

▼身体障害者手帳（1級または2級）の交付を受けている方

▼愛の手帳（1度または2度）の交付を受けている方

▼精神障害者保健福祉手帳（1級）の交付を受けている方

③直近の水道・下水道料金の領収書、または「ご使用料等、口座振込済のお知らせ」

◆すでに減免を受けている方へ（お願い）

住所や世帯の構成が変わった場合、減免が新しい住所へ移行されない場合がありますので、必ず施設課下水道グループまでご連絡ください。

【問合せ】施設課下水道グループ ☎551・1968

第21回西多摩三師会（医師会・歯科医師会・薬剤師会）市民公開講座

講演「糖尿病はそんなに甘い病気ですか？」

糖尿病は治療が必要といわれても、自覚症状がほとんど無いため、放置してしまっている人が多いです。糖尿病の治療は劇的に進歩しています。将来に脳梗塞、心筋梗塞、認知症を引き起こさないために、今すぐに手を打ちましょう。

【日時】2月22日（土）午後2時～3時30分

【場所】羽村市コミュニティセンター3階ホール

【定員】先着180人

【講師】河盛隆造氏（順天堂大学特任教授）

【問合せ】西多摩医師会事務局 ☎0428・23・2171

シャキレタス炒め等の野菜たっぷりメニューを調理・試食します。さらに、管理栄養士が介護食についてお話しし、実演します。

健康づくり推進員メンバーと一緒に楽しく簡単調理を体験しませんか？

【日時】2月27日（木）午前10時～午後1時（試食時間含む）

【場所】福祉センター

【対象】主に60歳以上の市内在住の方（年齢は50歳代以下でも可）

【定員】先着20人

【持ち物】エプロン・三角巾・ハンドタオル・米0.5合（爪は切ってお越しください）

【申込み】2月3日（月）から保健センター ☎552・0061へ。

健康づくり講演会
歩き方を変えるだけで10歳若返る！

運動の一つとして定着してきたウォーキング。今回は、さらに効果的な歩き方である速歩きとゆっくり歩きを交互に繰り返すインターバル速歩のお話です。

【日時】2月15日（土）午後1時30分～3時30分 ※講演会終了後は健康づくり推進員による体験コーナーも開催予定

【場所】商工会館3階

【定員】150人
【講師】能勢博氏（信州大学大学院医学系研究科教授）

健康づくり推進員と歩く
市内健康ウォーキング
知と体を健康に

健康づくり推進員の会で、ウォーキングイベントを開催します。

今回は、「北田園コース（約3.5km）」を歩きます。福生駅からスタートし、多摩川沿いをぐるりと一周一緒に歩いてみませんか。

【日時】3月2日（日）午前9時～11時 ※雨天中止

【集合場所】福生駅西口（階段下交番前）

【定員】先着15人

【コース】福生駅→神明社→第四小学校→かに坂公園→柳山公園→中央体育館→清岩院→市役所→福生駅

【申込み】2月3日（月）から保健センター ☎552・0061へ。

西多摩保健所からのお知らせ
医療安全研修「かっぴい患者講座」

テーマ「知って安心、医療の仕組みと上手な病院のかかり方」

【日時】2月7日（金）午後2時～4時30分

【場所】福生病院多目的ホール

【対象】テーマに関心のある市民、関係者の方

と保護者【持ち物】着替え、水筒、タオル

〈武〉親子の楽しいリトミック 18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 ※当日直接来てください。

〈田〉親子であそぼう「しんぶんしであそぼう」 18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

〈熊〉遊具開放DAY 19日（水）午前10時～正午【対象】幼児と保護者【持ち物】着替え、水筒、タオル ※いろいろな遊具を開放しています。

〈武〉おはなしの日 19日（水）午前11時～11時30分【対象】乳幼児と保護者 ※武蔵野台図書館の職員による読み聞かせです。当日直接来てください。

※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。

※季節の行事事業

〈田〉田園じどうかんまつり 16日（日）午後0時30分～4時【対象】市内在住の方 ※前売り券（150円）を2月6日（木）から発売（当日券あり）。地域の方や子どもたちと一緒に作るお祭りです。今年のテーマは「笑顔」です。皆さん遊びにきてください。

◆このほかにも児童館ではたくさんの事業を行っています。小学生対象事業は児童館だよりに掲載していますので、ぜひご覧ください。

児童館で遊ぼう！（2月その1）

〈田〉田園児童館 ☎552・3133

〈武〉武蔵野台児童館 ☎553・8822

〈熊〉熊川児童館 ☎539・1515

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〉遊具開放DAY 5日（水）午前10時～正午【対象】幼児と保護者【持ち物】着替え、水筒、タオル ※いろいろな遊具を開放しています。

〈熊〉くまがわ元気スポット 6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 ※健康体操、キッズ体操、ストレッチ体操等をして、元気になりましょう。

〈武〉遊具開放DAY 6日（木）午前10時30分～正午【対象】1歳6か月以上の幼児と保護者 ※大型遊具で自由に遊べます。体操、おはなしもあります。時間内で自由に遊びに来てください。

〈熊〉遊具開放DAY 17日（月）午前10時～正午【対象】幼児と保護者【持ち物】着替え、水筒、タオル ※いろいろな遊具を開放しています。

〈熊〉こぐまひろば「スカーフであそぼう」 18日（火）午前10時30分～正午【対象】0、1歳児

病後児保育

お子さんが病気の回復期にあり、まだ、集団生活に戻るには心配、あと何日かどこかで見てほしい、そんなお子さんをお預かりします。

申込書類が大幅に簡素化され、登録兼申込書1枚の提出で利用できるようになりました。

また、医師の連絡票がなくても、薬剤情報等により医師の診察を受けたことが確認できれば利用できます。



詳細は、下の表をご覧ください。

Table with 2 columns: 日時, 実施園, 対象, 定員, 料金. Details include dates from Monday to Friday 8am-5pm, and fees of 2,850 yen/day.

【利用方法】福生保育園またはすみれ保育園に直接、電話で事前予約をした後、当日、申込書を提出してください。

※申込書は、市ホームページ及び実施園で取得できます。

【問合せ】子ども育成課保育係 ☎551・1780