

伝統文化体験講習会参加者募集

伝統文化体験講習会とは、伝統文化を体験する場を提供し、未来に向けて日本の文化を継承していくことを目的としています。



日本舞踊・箏曲(琴)・茶道。華道の4つのコースで、2回の講習を行ない、平成24年3月に合同で発表会を開催する予定です。

全コース共通 日時10月から平成24年3月の隔週土曜日、午前10時30分〜11時30分(全12回、茶道のみ全10回)

※日程等の詳細は、お申し込みをされた方にあらかじめお知らせします。

場所「日本舞踊」：さくら会館、わかたけ会館、わかぎり会館(場所を選択できます)。「箏曲(琴)」：さくら会館(椅子の部屋)。「華道」：さくら会館、かえで会館(場所を選択できます)。

「茶道」：福庵 対象小・中学生から一般(日本舞踊のみ3歳から可)

定員各20人 費用無料(ただし茶道の茶菓子代、華道の材料費のみ自己負担)

申込み9月29日(木)までに電話で田村芽子☎551・4532へ。

問合せ生涯学習推進課生涯学習推進係☎551・1950

郷土資料室企画展示

「福生周辺の鳥たち」鳥の暮らしと多様性

剥製標本により、福生周辺に見られる野鳥たちを紹介いたします。

また、骨格や羽毛等の実物資料を使い、各々の生活に特化した鳥の体の構造を科学的に説明するほか、いくつかのコーナーを通じて鳥の生活全般について紹介いたします。



展示期間中に、展示解説会を実施します。詳細は「広報ふっさ」10月15日号でお知らせします。

日時10月4日(火)〜12月4日(日) 午前10時〜午後5時

※休館日月曜日(月曜日が祝日の場合、火曜日休館)

展示標本「ダイサギ、オオタカ、シジュウカラ、ガビチョウ、アオバズクほか多数

企画・協力・資料提供NPO 法人自然環境アカデミー

問合せ郷土資料室☎530・1120

「道徳授業地区公開講座のお知らせ」

ご参加ください 養育家庭体験発表会「養育家庭」をぜひご存じですか?

養育家庭とは、さまざまな事情から親元で暮らすことのできない子どもたちをご家庭に迎えて養育してくださる家庭のことです。

実際に養育家庭をされている方の体験を聞いていただき、一人でも多くの方にこの制度について知っていただければと考えています。

日時10月15日(土)午前10時〜正午

場所商工会館3階

※託児をご希望の方は、お問い合わせください。

主催立川児童相談所・子ども家庭支援センター

問合せ立川児童相談所☎523・1321、子ども家庭支援センター☎539・2555

「道徳授業地区公開講座」

は、子どもたちの心の教育や家庭・学校・地域における道徳教育のあり方・連携への理解を深めようとの趣旨から、授業公開と意見交換を行なうものです。

日時場所 10月4日(火)午後1時35分〜第五小学校 10月8日(土)午後1時25分〜第二中学校

問合せ第五小学校☎552・0256、第二中学校☎551・1970

健康コーナーNO.16

「スポーツの秋 ウォーキングをはじめよう」

秋は気候が穏やかで、「スポーツの秋」といわれるだけに、運動をするのに最も適していて、これから運動を始めるといいう方にもよい季節ですね。

お金をかけずに誰でも手軽に行なえて、続けていけば確実に効果が得られる運動でおすすめなのは、ウォーキングです。

【ウォーキングによる効果】

- ★肥満の解消と筋力の維持に役立つ。
★血液の流れがよくなり筋肉の疲労物質が排泄される。
★筋肉の緊張がほぐれる→筋肉の緊張からくる頭痛・肩こりの改善。
★副交感神経が働いて、脈拍が減少し、血圧が低下する。
★血管に柔軟性が戻り、丈夫でやわらかい血管になる。
★脳への血流も増し、脳の健康にも役立つ。

まずは、自分が一日にどれだけ歩いているのかを知ることから始めてみましょう。日々の運動量を把握し、楽しく継続するための動機づけになります。

習慣にしている方々は、ウォーキングによって得られた健康感、充実感があり、それゆえやめられないということです。

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

高齢者インフルエンザワクチン予防接種について

予防接種は感染予防と重症化を防ぐ有効な手段です。

接種できる期間10月15日(土)〜平成24年1月31日(火)

対象となる条件接種当日に福生市に住所がある方で、かつ、満65歳以上の方。

※心臓・じん臓・呼吸器・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害により身体障害者手帳1級相当の方は、接種日当日に満60歳以上であれば対象となります。

持ち物健康保険証・自己負担金2,200円・身体障害者手帳(前【別表】高齢者インフルエンザ接種市内指定医療機関リスト

記※印欄に該当する方) 接種方法接種は1回です。市内指定医療機関(別表)に、氏名・住所・生年月日が確認できる健康保険証等を持参し、受付してください(一部医療機関は要予約)。

接種費用自己負担金2,200円を接種した医療機関に直接お支払いください。※ただし、生活保護受給中の方は、社会福祉課で生活保護法適用証明書の交付を受け、指定医療機関に提出しますと全額公費負担で接種できます。

問合せ保健センター☎552・0061

Table with 4 columns: 医療機関名, 電話番号, 住所, 備考. Lists various medical facilities in Fussa City for vaccination.

まちの話題

◆全国大会出場 福生第一中学校2年生の小林琴美さんが、8月18日から兵庫県尼崎市で行なわれた第42回全国中学校新体操選手権大会に出場しました。

肝炎ウイルス検査

実施期間10月31日(月)まで 対象市内に住所を有する40歳以上(平成23年度内に該当年齢になる方)で過去に肝炎ウイルス検査を受診していない方

西多摩地域市町村(青梅市・羽村市・あきる野市・瑞穂町・日の出町・奥多摩町・檜原村)の医療機関でも、接種することができます。詳しくは保健センターまでご連絡ください。