

日程	行事・イベント・相談 (相談の時間は受付時間)
1 火	住民課・税務課の一部窓口 毎週木曜日は午後8時まで 2月は3日・10日・17日・24日です 問合せ ▶ 住民課 ☎557-7548 ▶ 税務課 ☎557-7519
2 水	
3 木	
4 金	
5 土	
6 日	リサイクルプラザ第一日曜日の粗大ごみ受け入れ日 午前9:00～午後4:30 ☎557-7612 (当日電話予約)
7 月	
8 火	
9 水	
10 木	
11 金	建国記念の日 日米交流合同音楽祭 午後1:30～ スカイホール大ホール
12 土	
13 日	
14 月	福祉よろず相談 午後1:30～3:30 ふれあいセンター ※指定日時以外にも随時相談を行います。
15 火	身近な法律相談 午前9:30～11:30 ふれあいセンター ▶ 予約(6名)は7日(月)～10日(木)午前9:00～社協へ ☎557-0159
16 水	
17 木	人権・行政・*法律相談 午前9:30～11:30 町民会館1階会議室 * 予約(8名)は16日(水)午前8:30～総務課へ ☎557-0501
18 金	町議会第4回定例会 議会運営委員会 ※議会日程については、議会事務局へ ☎557-7693
19 土	
20 日	エコパークフリーマーケット 午前9:00～午後1:00 (雨天中止)
21 月	心の相談 午後1:30～4:00 ふれあいセンター ▶ 予約(3名)は14日(月)～18日(金)午前9:00～社協へ ☎557-0159
22 火	成年後見利用相談 午後1:30～3:30 ふれあいセンター ▶ 予約(4名)は14日(月)～18日(金)午前9:00～社協へ ☎557-0159
23 水	
24 木	教育委員会定例会 午前9:00～ スカイホール会議室 問合せ 教育総務課 ☎557-6682
25 金	消費者生活相談窓口 相談日は毎週火・金曜日です 問合せ 産業振興課 ☎557-7633
26 土	
27 日	
28 月	
3月1日 3日	1日(火)…町議会第1回定例会 本会議 ※議会日程については、議会事務局へ ☎557-7693 2日(水)…町議会第1回定例会 本会議 3日(木)…町議会第1回定例会 本会議

休日…休日診療 午前9:00～午後5:00
 準夜…休日準夜診療 午後5:00～10:00
 歯科…休日歯科応急診療 午前9:00～午後5:00

※医療機関が変更になる場合もあります。確認の上受診してください。

けんこう 場所の指定がない場合は保健センター (時間は受付時間)
健康・育児・栄養・歯科相談 午前9:30～11:00  http://www.guide.metro.tokyo.jp/
両親学級 (1日目) 午後1:00～1:20
準夜 羽村市平日夜間急患センター ☎555-9999 歯科 羽村市 福留歯科医院 ☎555-7064
健康・育児・栄養相談 午前9:30～11:00 乳児健診 H22年10月生 午後1:00～1:45
両親学級 (2日目) 午後1:00～1:20
休日・準夜 菜の花クリニック ☎557-7995 歯科 羽村市 平三歯科医院 ☎554-0066
準夜 福生市保健センター ☎552-0099 歯科 羽村市 本田歯科医院 ☎554-5902
健康・育児・栄養相談 午前9:30～11:00
両親学級 (3日目) 午前10:00～10:10 1歳6カ月児健診 H21年7月生 午後1:00～1:45
両親学級 (4日目) 午後1:00～1:20
準夜 福生市保健センター ☎552-0099 歯科 羽村市 ますだ歯科医院 ☎551-8686
健康・育児・栄養相談 午前9:30～11:00 歯科健診 2歳児 (H21年1月生) 2歳6カ月児 (H20年7月生) 午後1:00～1:45
巡回健康・育児相談 午後1:30～3:00 元狭山コミュニティセンター
はじめての離乳食講習会 <予約制> H22年9月～10月生 午前10:00～10:10
3歳児健診 H20年1月生 午後1:00～1:45
準夜 福生市保健センター ☎552-0099 歯科 羽村市 皆川歯科クリニック ☎555-8219
BCG接種 H22年10月～11月生 午前10:00～11:30
1日(火)…健康・育児・栄養・歯科相談 午前9:30～11:00 2日(水)…お誕生教室 H22年1月～2月生 午前9:30～9:50 妊婦歯科検診 <予約制> 午後1:00～1:10

インフルエンザワクチン 接種費用助成のお知らせ

対象 町内在住の生活保護受給世帯と市町村民税非課税世帯の方、中国残留邦人等で支援給付を受けている方

接種期間 3月31日(木)まで

申請期間 4月8日(金)まで

※助成金額や申請に必要なものなどは保健センターにお問い合わせください。

助産外来を開始しました

公立福生病院では、妊婦さんやご家族が安心してお産に臨めるよう、個々の妊婦さんに応じた、きめ細やかなサービスの提供を目的に「助産外来」を平成22年12月に開設しました。

助産外来は、産婦人科医師と協力しながら助産師が妊婦さんに対し、妊婦健診や保健指導を行うなど、安全で安心な出産に向けての準備を整えるための外来です。

妊娠中は、ちょっとした不安や疑問に思うことがいろいろ出てきます。妊娠中に起こる心と体の変化や妊娠、出産に関しての不安や心配を軽減できるようお手伝いします。

問合せ 公立福生病院 医事課 ☎551-1111

巡回健康・育児相談

日時 2月23日(水) 午後1時30分～3時

場所 元狭山コミュニティセンター

内容 血圧測定、乳幼児の身体計測。健康や育児についての相談 など

申込み 不要です。時間内に直接会場へお越しください。

麻しんおよび風しん予防接種

麻しんおよび風しん予防接種に第3期(対象者:中学1年生)と第4期(対象者:高校3年生相当の方)が追加されました。

対象の方には、4月に通知していますが、接種率が低い状況です。麻しん(はしか)・風しんの感染や流行を防ぐために、早めに接種を受けましょう。

市民公開講座

日時 2月26日(土) 午後2時～4時

場所 羽村市コミュニティセンター3階ホール

主催 西多摩三師会

内容 「すべすべ肌で暮らすにはコツがあります」
—赤ちゃんからお年寄りまで—

定員 180名(先着順)

費用 無料

講師 山本一哉さん(愛育病院皮膚科部長)

申込み 不要です。直接会場へお越しください。

問合せ 西多摩医師会 ☎0428(23)2171

運動で元気に冬を乗り切りましょう

1年で最も寒いこの季節、こたつで背を丸めて過ごすことも多くなりがちです。これまで運動していた方も挫折してしまうことが多い時期ですが、この季節に上手に運動を取り入れることが元気に過ごす秘訣です。

寒さで丸まった背筋を伸ばし、こわばった関節を緩ませるストレッチは、雪で滑りやすい道路などでの転倒やけがを予防するために有効です。また、運動で血液循環が良くなれば、免疫機能も高まり風邪の予防にも効果的です。

ただし寒い屋外での運動は、十分に準備運動をして体を温め、適切な血圧の管理をしないと、かえって健康を害することもありますので注意が必要です。

お勧めは、部屋も体も温まっている夕食後に、テレビなどを見ながら行う軽い運動です。また、入浴中にお湯の中で行うストレッチもよいでしょう。寒さでこわばりがちな部分をしっかりと伸ばし、軽く息が弾むくらいの足踏みや屈伸、軽い腹筋運動などで筋力や血液循環を維持して健康的な一年を過ごしましょう。



女性特有のがん検診対象の方へ

対象の方には、9月末に通知とクーポン券を郵送しました。無料クーポン券を利用し、ぜひ検診を受診してください。

紹介します！

MY INTRODUCTION

あなたの大切なもの、手作りの作品、お気に入りの写真や町の景色などを紹介します。



申込み 秘書広報課 ☎557-7497

● 町からの紹介 ●



箱根ヶ崎ポケットパーク

箱根ヶ崎ポケットパークが完成しました。場所は一小の門の付近で、残堀川沿いの遊歩道と青梅街道に面しています(箱根ヶ崎2270番地1)。

町内のポケットパークとしては最も広く、多目的な利用が期待できます。

近隣の皆さんの憩いの場として、残堀川ウォーキングの休憩スポットとして、ぜひご利用ください。

問合せ 建設課
☎557-7659



災害時の協定締結

地震や風水害などの災害時に備え、平成22年12月に瑞穂建設業協会と「災害時における応急措置活動」に関する協定書の協定締結を行いました。

協定書には、町の要請による協力として、災害復旧に必要となる人員の派遣や建設資機材等の提供などが盛り込まれています。

問合せ 地域振興課
☎557-7610

小さなチョコレート工場

2004年12月26日にインドネシアのスマトラ島北部を襲った大津波は、アチェ特別州(人口400万人)に死者・不明者24万人、被災者70万人という大被害を与えました。しかし、この津波の最大打撃は、100年以上にも及ぶアチェ独立の希望を一朝にして砕いた事にあります。

大津波の跡というものはすさまじいもので、ブルドーザーで地面を平らにするように一物も残さず根こそぎに樹木や家屋を破壊し、そして海に運びます。砂漠の中にポツンと建てられたように残った回教寺院の景色には、ショックを受けました。大型鉄船が、海より8kmもの奥地に座礁している光景も忘れられないものです。

内戦に続く大災害を少しでも凌ぐ意味でも、私たちグループは民

生安定のために幾つもの事業を、アジア開発銀行(ADB)の援助を受け、推し進めております。

この度、小さな村にチョコレート工場が完成しました。この開所式には2003年5月に誕生した瑞穂市(岐阜県)の堀市長と、くしくも2人でテープカットをする事になりました。小さな村の小さな企画ですが、お母さん方に仕事ができ着実に生活向上に資する事が出来たのは、大変うれしい事です。



右は堀 孝正 瑞穂市長
インドネシア・ビューロンにて

瑞穂町長 石塚 幸右衛門

