



2014 (平成26)年 2月1日 発行

多摩区統計データ (平成26年1月1日現在) 人口 21万3,419人 世帯数 10万4,212世帯

スポーツの魅力

第1回

体感しよう

多摩区スポーツフェスタ開催



区で初の開催となる、気軽にスポーツを楽しめるイベントです。スポーツを始めるきっかけづくりに、さまざまな種目を体験してみませんか。

日時 3月2日(日)9時開場、9時15分オープニングアトラクションとセレモニー
場所 市多摩スポーツセンター、南菅小学校、南菅中学校

※今回は、当日受け付けして参加できる種目の紹介です。事前申し込みが必要な種目は、区ホームページをご覧ください。事務局までお問い合わせください。
●の種目は多摩区スポーツフェスタ実行委員会事務局☎935-3118、FAX935-3391。区役所地域振興課☎935-3118、FAX935-3391。●以外が多摩スポーツセンター☎946-6030、FAX946-6032

種目	場所	時間	受付時間	対象者など
●グラウンドゴルフ	南菅小学校校庭	10時~12時、13時~15時半	10時~11時半、13時~15時	小学生以上 ※雨天中止
水中パフォーマンスショー	温水プール	10時~11時	なし	観覧自由
アクアコンディショニング		12時半~13時半	開始まで	3歳以上
親子でアクアビクス		14時~15時	開始まで	小学3年生以上 保護者同伴可
●オープニングアトラクション(フリースタイルフットボール)	大体育室	9時15分~9時半	なし	観覧自由
●稲田・生田地区家庭婦人バレーボール交流試合		10時~12時	なし	観覧自由
●ユニカール●フロアボール●ソフトバレー●インディアカ		13時半~15時半	13時半~15時	小学生以上
親子でフラダンス	小体育室	10時半~12時	開始まで	保護者同伴可 3歳以上
気功・太極拳教室		12時15分~13時15分	開始まで	
●ボクシングエクササイズ		13時半~14時半	開始まで	
●スポーツ吹き矢	第1武道室	10時~12時	10時~11時45分	小学生以上
スポーツチャンバラ		13時~15時	開始まで	小学生以上 貸し用具あり
高齢者のためのやんわりストレッチ	第2武道室	10時半~11時15分	開始まで	60歳以上
キッズ広場		13時~15時	13時~14時45分	就学前の子どもと保護者
お楽しみイベント	テニスコート	13時半~15時	開始まで	小学生以上
●ウォーキング	大体育室(受け付け)	10時~12時	9時~	小学生以上。保護者同伴可 ※雨天中止

運動に適した服装でお越しください。屋内施設を利用する種目は、室内履き(ノンマーキングシューズ)を持参してください。
駐車台数は限られていますので、公共交通機関をご利用ください。当日は、多摩スポーツセンターへの無料巡回バスも運行しています。詳しくは区ホームページをご覧ください。



写真NEWS ● 生田緑地の梅

緑地内では、谷の雪、月宮殿、玉牡丹、黒田など約51種類、約100本の梅の花が咲き誇ります。

たまアトリウムコンサート

日時・場所 2月19日(水)12時~12時40分、区役所1階アトリウム
出演 三橋美栄、斉藤美絵(パークッションアンサンブル)
曲目 そりすべり、「冬」より第2楽章他
園区役所地域振興課☎935-3148、FAX 935-3391



26年度保育所入所不承諾の人への時間外相談(予約制)

期間 2月10日~3月1日(日曜・祝日は除く)の土曜9時~12時。平日の相談時間などの詳細は、2月7日(金)に発送する選考結果通知をご覧ください
場所 多摩区役所1階児童家庭課
対象者 26年度入所申し込みで不承諾となった人
内容 保育所入所や認可外保育施設(川崎認定保育園など)の相談・案内。相談時間は約30分
囲2月10日から(土曜を希望する場合は前日の17時までに)電話で区役所児童家庭課☎935-3278。※予約がない人の相談は、受けられません。状況により、お待ちいただく場合があります



第4期 まちづくり協議会委員の募集

~楽しく広げようみんなの力~

●まちの課題の発見と解決に向けた活動 ●活動に役立つ学びの場づくり(多摩★まち大学、他都市視察研修会などの企画・運営) ●区民や活動団体が交流し、活動の輪を広げる場づくり(まちカツ!多摩★まちCafe、たまサロンなどの企画・運営) ●広報(広報誌の企画・編集・発行、ホームページによる情報発信など)
任期・人数 4月~28年3月。区内在住、在勤、在学の30人程度
囲3月14日(必着)までに申込書(区役所などで配布中。区ホームページからもダウンロード可)を直接か郵送かファクスで〒214-8570多摩区役所地域振興課☎935-3148、FAX935-3391。[選考]

説明会 日時・場所・定員 2月27日(木)①14時~②18時半~、区役所11階1101会議室、各回当日先着40人

26年度 磨けば光る多摩事業 提案募集

地域課題の解決や、安全な暮らしの実現につながる、活動提案を募集します。選定された事業は、行政と協働で実施します。
委託費 1事業あたり70万円以内
対象 区内で事業を実施する団体(NPO法人・市民活動団体・町内会など)
事業数・区の役割 原則3件。広報、会場の確保、行政機関との調整など
囲2月28日(必着)までに申込用紙を直接か郵送で〒214-8570多摩区役所企画課☎935-3147、FAX935-3391。[選考] ※申込用紙は区役所などで配布中。区ホームページからもダウンロード可



生田緑地★情報 【第8回】冬の生田緑地 おすすめ情報

日本民家園では、山形県から移築した旧菅原家で再現している伝統的な雪囲い(3月16日まで)を再現しています。また、雪が降ると合掌造りの雪景色や映画のワンシーンのような雪の降り積ったメタセコイア林も見ることができます。



日本民家園の雪景色

空気が澄んだ冬は、かわさき宙と緑の科学館の「星を見るタベ」や、枳形展望台からの眺めが一層楽しめます。
 圃生田緑地整備事務所 ☎934-8577、☎934-8578。生田緑地公式ホームページ URL: http://www.ikutaryokuti.jp/

多摩保健所運営協議会委員の募集

保健所運営について話し合う委員を募集します。

資格・任期・人数 20歳以上で区内在住1年以上の人(市の付属機関などの委員と市職員を除く)。5月1日から2年間。3人以内。
 圃2月28日(消印有効)までに、住所、氏名、生年月日、電話番号、性別、職歴、活動履歴、応募理由を記入し、小論文「区民協働による健康なまちづくりの推進に

ついて(800字程度。いずれも書式自由)]を直接か郵送で〒214-8570 多摩区役所地域保健福祉課 ☎935-3285。〔選考〕

今月の市民健康の森

◆活動日時◆

2月16日(日)9時半～正午ごろ
 雨天時23日(日)に順延
 日向山の森(東生田緑地)
 集合場所:頂上広場
 圃日向山うるわし会事務所(石郷岡) ☎944-1941
 区役所地域振興課 ☎935-3131、☎935-3391

区のお知らせ掲示板
 申し込み方法は市版5面参照

多摩老人福祉センター
 (多摩いきいきセンター)
 〒214-0012 多摩区中野島5-2-30
 圃 ☎935-2941、☎933-5024

26年度講座募集
 市内在住の60歳以上の初心者。
一般講座(全8回、1人2講座まで)

講座名	曜日など	定員
書道	月曜・午前	15人
コーラス	火曜・午前	70人
デジカメ入門	火曜・午後	15人
やさしいヨガ		25人
絵手紙	水曜・午前	18人
カラオケ	木曜・午後	40人
かわいい布小物作り	木曜・午後	18人
ハーモニカ	木曜・午前	18人
太極拳	金曜・午前	各
フラダンス		30人

料理教室(全5回、食材費実費)

講座名	曜日など	定員
食生活講座	第3金曜/9時半～12時半	20人
	第4水曜/9時半～12時半	20人
男性料理教室	第2木曜/9時半～12時半	18人

健康増進教室(年間コース)

講座名	曜日など	定員
体操教室	第1・3木曜・午後	50人
転倒予防教室	第2水曜・午後	25人

いずれも同センターで。教材費は実費。圃2月17日～3月1日に返信用の80円切手を持参し、直接。〔抽選〕

★多摩スポーツセンター
 〒214-0008 多摩区菅北浦4-12-5
 圃 ☎946-6030、☎946-6032

★赤ちゃんママのハートウォーミング・タッチ
 産後の母親のケアや「ママ友」づ

くりなど。3月3日～17日の月曜、10時～11時、全3回。生後3カ月～ハイハイする前までの子どもと保護者10組。4,500円(教材費他)。圃2月15日から直接か電話で。〔先着順〕

◆区役所地域保健福祉課
 〒214-8570 多摩区登戸1775-1
 圃 ☎935-3294、☎935-3276

◆健康長寿講座
 生活習慣病予防の調理実習、体操などを行います。2月27日(木)9時半～14時。区役所保健福祉センター1階栄養室で。区内在住の24人。材料費実費。講師:竹内光恵(管理栄養士)。エプロン、三角巾、布巾、手拭き持参。圃2月17日から直接か電話で。〔先着順〕

◆炎症性大腸炎講演会
 食生活に役立つ話を、専門の栄養士から聞きます。3月15日(土)14時～16時。区役所保健福祉センター1階講堂で。40人。圃2月17日から電話、FAXで。〔先着順〕

◆呼吸器疾患予防講演会
 慢性閉塞性肺疾患(COPD)について学びませんか。3月11日(火)14時～15時半。区役所11階1101会議室で。40人。肺年齢測定も可(要予約)。講師:宮尾直樹(日本鋼管病院呼吸器内科医師)。圃2月17日から電話で。〔先着順〕

◆健康ウォーク体験教室
 生田緑地うたのこみちコース周辺(4*)を歩きます。3月6日(木)9時半に向ヶ丘遊園駅南口集合、12時ごろ生田緑地東口解散。40人。50円(保険料)。飲み物、タオル、雨具、帽子持参。雨天時は3月13

「ママとあそぼうパパもね」親子ミニコンサート

区内の公立保育園が地域の民生委員・児童委員と一緒にやっている子育てサロンです。子どもと一緒にすてきな歌声に包まれますか。



アニメソングも歌います

日時・場所 ①3月6日(木)菅こども文化センター②3月11日(火)KFJ多摩児童館すかいきっず(登戸2249-1)③3月12日(水)中野島こども文化センター④3月13日(木)生田道院(生田7-10-20)

時間・定員・出演 いずれも10時～11時半。就学前の子どもと保護者、各当日先着50組。①②一政さつき(声楽家) ③④皆川知子(声楽家)
 圃区役所こども支援室 ☎935-3104、☎935-3119

「はなもす」と「多摩区ガイドマップ」がリニューアル!

区の魅力がたっぷりつまった観光ガイドブック「はなもす」(写真左)、地図や各種お役立ち情報が好評な多摩区ガイドマップ(写真右)がさらに充実。



区役所、出張所、行政サービスコーナーなどで配布します。圃区役所地域振興課 ☎935-3239、☎935-3391

花いっぱい運動のつどい

「花と緑の講演会」を開催。当日、すてきな花をプレゼント。

日時 2月17日(月)14時～16時(開場13時半)
場所 区役所11階会議室
定員・内容 当日先着200人。家庭でできる花と緑の楽しみ方
 圃区役所地域振興課 ☎935-3133、☎935-3391

自然体験のつどい

ゲームなどを通して、身近な自然の大切さを再確認しませんか。

日時 3月8日(土)10時～15時
場所 生田緑地中央広場
内容 ネイチャーゲーム他
 圃区役所地域振興課 ☎935-3134、☎935-3391

▼多摩区社会福祉協議会
 〒214-0014多摩区登戸1763
 圃 ☎935-5500、☎911-8119

▼多摩区社会福祉大会
 広く福祉の啓発を目的とした講演会など。2月18日(火)13時15分～15時半(開場12時半)。多摩市民館2階大ホールで。当日先着900人。要約筆記、手話通訳は要相談。講師:杉尾秀哉(TBSテレビ報道局解説者)。



杉尾秀哉

保健福祉課の健診案内 圃地域保健福祉課 ☎935-3276

	日程	受付時間	内容・対象など	圃〔先着順〕
39歳までの健診・保健指導	検査日 2月26日(水)	9時～9時20分	身体・血圧測定・尿・骨密度・血液検査と結果指導。両日参加できる18～39歳の区内在住の各日25人。1,220円。※妊婦・産後1年以内の人、年度内に40歳になる人などは受けられません	2月18日から電話で ☎935-3301 ☎935-3294
	指導日 3月26日(水)	10時～10時半		
	検査日 3月26日(水)	9時～9時20分		
	指導日 4月23日(水)	10時～10時半		
1歳児歯科健診	3月6日(木)	①9時～9時半 ②9時半～10時	歯科健診と歯科相談。1歳3カ月未満で、歯が生えている乳幼児各回15人	2月17日から電話で ☎935-3117
生活習慣病予防相談	3月19日(水)	13時15分～13時半	食生活、歯周病予防などの個別健康相談。最近の健康診査の結果を持参。40歳以上の15人	2月26日から電話で ☎935-3301 ☎935-3294
禁煙相談	3月19日(水)	14時～14時15分	禁煙方法などの講義と個別相談。区内在住・在勤の禁煙希望者、4人	2月26日から電話で ☎935-3294

※いずれも会場は保健福祉センター。車での来場はご遠慮ください