



2013(平成25)年 6月1日 発行

多摩区統計データ(平成25年5月1日現在) 人口 21万3,646人 世帯数 10万4,448世帯



大人の風しんが流行しています 予防接種は受けましたか?

問区役所衛生課 ☎935-3310、FAX935-3394

妊婦が感染しないために

妊婦、特に妊娠初期の女性が風しんにかかると、胎児が風しんウイルスに感染し、難聴や心疾患を患った赤ちゃんが出生する可能性があります。妊婦の家族、これから妊娠する可能性が高い女性は、感染履歴やワクチンの接種履歴を確認し風しんの予防接種を受けましょう。

市では麻しん・風しん混合ワクチン接種の一部助成を行っています。

予防対策には.....

マスクの着用

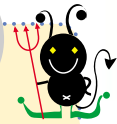
うがい・手洗い

ワクチンの接種

詳細は区ホームページに記載しています



食中毒にも 注意!



予防の3原則

菌をつけない

まな板や包丁は野菜、肉、魚と使い分けましょう

菌を増やさない

食品の保存方法を守りましょう

菌をやっつける

食品はできるだけ加熱しましょう



写真NEWS・妙楽寺のアジサイ

通称「あじさい寺」。境内の約1,000株の色とりどりのアジサイが見頃を迎えます。6月16日(日)には、境内であじさい祭りが開催されます。

生田地区 ソフトバレーボール大会

軽く軟らかいボールを使うスポーツです。ボールが当たっても痛くないので、初心者も安心して楽しむことができます。

試合 中学生以上の男女混合で1チーム8人以内(女子のみも可)。試合は4人(うち男子は2人以内)で行います。

日時 7月15日(祝)8時半~15時

場所 生田小学校体育館

対象 区内在住で、生田地区在住の人が2人以上含まれている16チーム

参加費 1チーム1,000円

問6月17日から、申込書に参加費を添えて直接生田出張所。[先着順]

申込書は区役所、生田出張所で配布中(区ホームページからもダウンロード可)

講習 大会当日、小学生を対象にサブ・レシーブの講習などを行います。

ます。1人でも参加できます。随時開催しますので、直接会場へお越しください。

体育館履きを持参してください。

会場へは保護者が引率してください。

当日の状況によりお待ちいただく場合があります

駐車場はないので、車での来場はできません。



力を合わせてプレーします

問生田地区スポーツ推進委員会事務局(生田出張所内)

☎933-7111、FAX934-8319

地域交流コンサート

若手演奏家による6種類の楽器が奏でる木管アンサンブル。

日時 6月28日(金)13時半~14時半

場所 多摩老人福祉センター

定員 100人

問6月15日9時から直接か電話で多摩老人福祉センター ☎935-2941、FAX933-5024。[先着順]

今月の市民健康の森

活動日時

6月16日(日)午前9時半~昼ごろ

雨天時23日(日)

日向山の森(東生田緑地)

集合場所: 頂上広場

問日向山うるわし会事務局(石郷岡)

☎944-1941

区役所地域振興課

☎935-3131、FAX935-3391

保育園で食事つき保育体験をしてみませんか

公立保育園で昨年、好評だった食事つきの保育体験「あそぼ! たべよ!」を6月に行います。子どもの年齢にあった保育カリキュラムや保育園の食事を子どもと一緒に体験できます。

日程 6月中の木曜(要予約)

問事前に希望する施設に電話で

(右表参照)。区役所こども支援室 ☎935-3104、FAX935-3119

施設名	電話	FAX
菅保育園	945-5109	945-5109
生田保育園	966-2502	966-2502
南生田保育園	954-7575	954-7575
三田保育園	900-0122	900-0122
東中野島保育園	922-8173	922-8173
土淵保育園	933-8942	933-8942

たま音楽祭 実行委員募集

音楽を通じて、参加者みんなで盛り上げる手づくりのイベント「たま音楽祭」を、26年2月1日(土)に開催します。運営や企画に携わる実行委員を募集します。人と接したりイベントを盛り上げるのが好きな人、音楽の大好きな人の応募をお待ちしています。

活動期間 6月~26年2月

活動内容 コンサートの企画運営に関すること 月1回程度の打ち合わせ 地域イベントでのPR活動 当日と前日の準備

対象 イベントの仕事に興味のある人、平日夜間に開催する運営会議に参加できる人

問7月12日までに申込書を直接か郵送で〒214-8570多摩区役所地域振興課 ☎935-3239、FAX935-3391。[選考] 申込書は区役所、出張所、行政サービスコーナーで配布中(区ホームページからもダウンロードできます)。6月26日(水)に事前説明会を予定しています。

日時 6月16日(日)8時45分~12時ごろ。雨天時は、23日(日)に延期
集合場所 多摩区役所1階出入口前(総合案内側)



普段見過ごしがちな風景を見ながら
楽しく歩いてみませんか。

コース 多摩区役所~生田緑地~五所塚~等覚院~長尾神社~妙楽寺~緑化センター~せせらぎ館(解散)約7*。一部変更する場合あり。ハイキングのできる服装で直接集合場所へ

問区役所地域振興課 ☎935-3134、FAX935-3391

多摩ふれあいまつり

「バリアフリー わたしとあなたとこのまちと」

「バリアフリーの地域づくり」を目指すイベントです

日時 6月16日(日)10時～15時(大ホール15時半まで)

場所 多摩区総合庁舎

〒多摩市民館 ☎935-3333、FAX935-3398

多摩区社会福祉協議会 ☎935-5500、FAX911-8119

会場	内容
アトリウム	マグネットの絵付け体験、活動紹介、施設紹介、自主製品展示販売、自助具展示他
外(広場側)	地震体験(起震車) 雨天中止
大ホール	日本女子大学オーケストラによるコンサート、参加団体によるイベント、お楽しみ抽選会
大ホールホワイエ	簡単なミサマガ作り、活動紹介、自主製品展示販売他
大会議室	健康体操、ユニバーサルファッションショー、ふれあいコンサート、手話コース他
視聴覚室	おしゃれ小物の手作り体験、介護服展示他
体育室	高齢者体力測定、活動展示、相談他
第1会議室	防犯についての展示・製品紹介、魚釣りゲーム、活動紹介他
第6会議室	バルーンアート・折り紙、車いすの簡単メンテナンス
実習室	フラワーアレンジメント・手芸、マッサージサービス・点字体験
和室	聴覚障害者向け救命救急講習会
第1・2学習室	楽しいコラージュ体験、自主製品展示販売、ふれあい手作り体験

材料費が必要な催し物があります。詳細はお問い合わせください
健康体操は事前に、車いすの簡単メンテナンスは当日申し込みが必要です

長尾台地区でコミュニティバスの試行運行実施

期間 7月1日～9月30日の平日、土曜
時間 平日6時半～22時半、土曜10時～18時
経路 久地駅～あじさい寺、登戸駅～あじさい寺
運賃・定員 200円(小児・70歳以上・障害者100円) 25人
☎まちづくり局交通政策室 ☎200-2034、FAX200-3967

運行経路

夏休みワークショップ「絵本の読みきかせ」にチャレンジ!

読みきかせの基礎から実際のおはなし会まで体験できます。

日時 7月24日(水)14時～16時半、26日(金)10時～13時、27日(土)10時～13時

場所 多摩図書館整理室他

対象 小学5年～高校3年生 定員 8人

☎6月23日10時から直接か電話で多摩図書館 ☎935-3400、FAX935-3399。

[先着順]

お知らせ掲示板

申し込み方法は5面参照

多摩消防署救急係

〒214-0032多摩区枳形2-6-1
☎933-0119、FAX922-8161

普通救命講習会

心肺蘇生法や自動体外式除細動器(AED)の取り扱い方法などの講習と実習を行います。7月25日(木)13時半～16時半。多摩消防署で。30人。☎7月9日から直接か電話で。[先着順]

多摩市民館

〒214-8570多摩区登戸1775-1
☎935-3333、FAX935-3398

「ちっちゃい演劇フェスティバル」出演者募集

日頃の表現活動を小さな舞台を使って15分以内で発表できます。今年のテーマは「ひらく」です。12月8日(日)13時～16時半。多摩市民館で。☎7月18日(必着)までに市民館、図書館で配布中の申込用紙に記入し、直接か郵送で。[選考]

シニアの社会参加活動入門編「今こそ活力～自分活かし術」

経験や知識を発信することで地域活動の楽しさを学びます。7月3日～31日の水曜、18時～20時、全5回。多摩市民館他で。おおむね50代以上の関心のある25人。☎6月18日10時から直接か電話で。[先着順]

識字(日本語)ボランティア入門研修

外国人市民へ日本語学習支援するボランティアの研修。7月3日～10月2日の水曜、10時～12時、全10回。多摩市民館で。25人。☎6月18日10時から直接か電話

で。[先着順]

市民館デーに参加しませんか
区民が各団体の活動を通じて、世代間交流などを行う団体を募集します。8月25日(日)。☎6月24日までに、直接か電話で。[選考]

多摩スポーツセンター

〒214-0008多摩区菅北浦4-12-5
☎946-6030、FAX946-6032

第2期テニス教室受講者募集

8月6日～10月29日の火、水、金、土曜全11回。クラスや日程などの詳細は電話かホームページで。各25人。小学1年～成人。9,000円～14,500円。☎7月8日(消印有効)までに直接か往復ハガキで。[先着順]

地域保健福祉課

〒214-8570多摩区登戸1775-1
☎935-3294、FAX935-3276

働き盛り・子育て世代のための「シェイプアップのエクササイズ」

気軽にできる運動を学びます。6月27日(木)10時～11時半。区役所保健福祉センター講堂で。20～40代の15人。飲み物、タオル持参。保育希望は要相談。☎6月17日から電話で。[先着順]

「多摩区いきいき体操・普及イベント」

元NHK音楽ディレクターと一緒に歌い、楽しく体操しませんか。7月2日(火)13時半～16時。多摩市民館2階ホールで。会場へ直接。

ウォーキング講演会

体に負担が少なく、楽しく安心してできるウォーキングを始めませんか。7月4日(木)13時半～15時半。区役所1階講堂で。40人。飲み物、筆記用具、タオル持参。☎6月17日から直接か電話で。

[先着順]

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
☎935-2941、FAX933-5024

ペーパークイリング講座

すてきなブドウのレリーフを作

りませんか。7月3日と17日の水曜、13時半～15時半、全2回。材料費1,200円。はさみ(小振り)手工芸用接着剤。市内在住の60歳以上18人。☎6月15日9時から直接か電話で。[先着順]

保健福祉課の健診案内

☎935-3276

	日程	受付時間	対象・内容など	☎
39歳までの健診・保健指導	検査日 6/26(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。両日とも受けられる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、26年3月末までに40歳を迎える人、国民健康保険に加入の「35・38歳健診」対象者は、受けられません	6月18日から電話で区役所地域保健福祉課 ☎935-3301 ☎935-3294 [先着順]
	指導日 7/24(水)	10時～ 10時半		
	検査日 7/24(水)	9時～ 9時20分		
	指導日 8/28(水)	10時～ 10時半		
1歳児 歯科健診	7/4(木)	9時～ 9時15分 10時～ 10時15分	歯科健診と歯科相談。1歳3カ月未満で、上下4本ずつ歯が生えている乳幼児、全30人	6月17日から電話で区役所地域保健福祉課 ☎935-3117 [先着順]
生活習慣 病予防 相談	6/19(水) 7/17(水)	13時15分～ 13時半	運動・食生活・休養、歯周病予防などの個別健康相談、骨密度測定(80歳以下の希望者)。最近の健康診査の結果を持参。各日40歳以上の15人	6月17日から電話で区役所地域保健福祉課 ☎935-3301 ☎935-3294 [先着順]
禁煙相談	7/17(水)	14時～ 14時15分	たばこの知識と禁煙方法についての講義と個別相談。区内在住・在勤の禁煙希望者、4人	6月17日から電話で区役所地域保健福祉課 ☎935-3294 [先着順]

電話受付時間は8時半～12時、13時～17時15分。会場はいずれも保健福祉センター。車での来場はご遠慮ください