



ハナモス で覚えてね

2014 (平成26) 年 6月1日 発行

多摩区統計データ (平成26年5月1日現在) 人口 21万4,059人 世帯数 10万5,266世帯

市民館に行こう!

市民館ではさまざまなイベントが催されています。遊びに行ってみませんか。
囲園 〒214-8570 多摩区登戸1775-1 多摩市民館 ☎935-3333、FAX935-3398



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15日(日)には、境内であじさい祭りが開催されます。

★第14回 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街と～

高齢者や障害のある人たちに優しい地域づくりを目指すイベントです。区内で福祉活動をしているグループや、福祉に関心のある人たちが「バリアフリーの地域づくり」を目指す「多摩ふれあいまつり」を開催します。さまざまな体験コーナーやスタンプラリーなど、楽しい催しが盛りだくさん。ぜひお越しください。

日時 6月15日(日)10時～15時(大ホールは15時半まで)

場所 多摩市民館、区役所(下表参照)

☎多摩区社会福祉協議会 ☎935-5500、FAX911-8119

階	会場	内容
1	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)	起震車による地震体験(10時～12時)。※雨天中止
2	大ホール	多摩高校合唱部によるコンサート(右上記事参照)、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	簡単なミサンガ作り、活動紹介、自主製品展示販売他
3	大会議室	ラジオ体操(当日先着50人に飲み物をプレゼント)、ユニバーサルファッションショー(14時10分～15時)、ふれあいコンサート(13時～14時)、手話コーラス(11時半～12時半)他
	視聴覚室	おしゃれ小物の手作り体験(10時～12時、当日先着30人)、介護服展示他
4	体育室	傾聴活動、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
5	第6会議室	バルーンアート、折り紙、車いすメンテナンス(当日先着10台)
	実習室	マッサージサービス(10時～13時)、点字体験(10時～12時、13時～14時半)、日常生活用具の紹介他
5	第1・2学習室	楽しい手作り体験(10時～14時半、当日先着15人)、面白カラセラピー(10時～14時、当日先着10人)、自主製品展示販売、活動紹介他

※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

卒業生も出演
**多摩高校合唱部
ジョイントコンサート**
多摩高校合唱部と卒業生の由比昌子(メゾソプラノ)が「ふるさと」などを披露します。
日時 6月15日(日)11時～12時(開場10時半)
場所 多摩市民館大ホール
定員 当日先着900人

市民自主企画
**ビバ・オンナデカラ
～命を育む力～**
命の誕生に関わることの責任と誇りなどについて学びます。
日時・内容 ①7月13日(日)…「いのちってホントすごい」講師:富田江里子(助産師) ②7月20日(日)…「快から始めるカラダづくり」講師:奥谷まゆみ(カラダクリエイトきらくかん代表)。いずれも13時20分～16時半。全2回
場所 多摩市民館大会議室
定員 各日60人(保育あり、1歳半～就学前の子ども、先着15人、保育料550円、要予約)
囲園6月18日10時から直接、電話、ファクス(氏名、電話番号、保育

の有無を記入)で。[先着順]。※手話通訳・要約筆記が必要な人は7月1日までに同館へ

ちっちゃい演劇フェスティバル 参加者募集

演劇や朗読など、さまざまな表現活動をしている人たちの交流や発表の場です。テーマは「ある晴れた日に」。15分以内で日ごろの活動成果を発表できます。

日時 12月13日(土)、14日(日)、13時～16時半

場所 多摩市民館大会議室他

定員 10組程度

囲園7月17日(必着)までに市民館、図書館で配布中の申込用紙を直接、郵送、ファクスで。[選考]



多摩区ふれあいうオーキング

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。
日時 6月15日(日)8時45分～12時ごろ。雨天時は22日(日)に延期
集合場所 生田出張所裏
コース 生田出張所～農業技術支援センター～寿福寺～小沢城址～薬師堂～稲田公園(ゴール・解散)。約6キロ
※コースは一部変更する場合があります。ハイキングのできる服装で
☎多摩区役所地域振興課 ☎935-3134、FAX935-3391

夏休みワークショップ 「絵本の読み聞かせ」にチャレンジ!

読み聞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 ①7月24日(木)14時～16時半 ②7月25日(金)10時～13時 ③7月26日(土)10時～13時、全3回
場所 多摩図書館整理室他
対象 小学5～高校3年生 定員 8人
囲園6月24日10時から直接か電話で多摩図書館 ☎935-3400、FAX935-3399。[先着順]



生田地区 ソフトバレーボール大会

ソフトバレーボールは、軽くて軟らかいボールを使うスポーツです。ボールのスピードが比較的遅く、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。中学生以上の男女混合で。試合は4人(うち男子は2人以上)で行います。
日時 7月20日(日)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。1チーム8人以内(女子のみ可)
参加費 1チーム1,000円
囲6月16日～23日に、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できます。



小学生を対象に基本動作の講習なども行います
1人から参加できます。人数が集まり次第、随時開催。会場へ直接。体育館履きを持参。会場へは保護者同伴。
※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、車での来場はご遠慮ください

囲園生田出張所(生田地区スポーツ活動振興会事務局) ☎933-7111 FAX934-8319

生田緑地★情報 【第12回】 **小さなお楽しみ**

毎週火曜に生田緑地整備事務所に緑地内の管理作業で発生した枝や木の葉などを使ってオリジナル作品を作ることができる「青空クラフトコーナー」を設置します。100円で小さく盛り分の材料を選ぶことができます。この他、毎週木曜には、事務所前のあずまやが「森の小さな図書館」になり、絵本を自由に読むことができます。事前の申し込みは不要です。散策の途中などに気軽に立ち寄ってみてください。



にぎわう 青空クラフトコーナー

圃生田緑地東口ビジターセンター ☎933-2300。
生田緑地整備事務所 ☎934-8577、☎934-8578

■多摩消防署救急係

〒214-0032多摩区柞形2-6-1
圃 ☎933-0119、☎922-8161

■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29日(火)13時半～16時半。多摩消防署で。30人。圃7月15日から直接か電話で。[先着順]

◎区役所地域振興課

〒214-8570多摩区登戸1775-1
圃 ☎935-3118、☎935-3391

◎チアリーディング教室

初めてでも楽しく練習できます。①毎週水曜16時半～17時半、中野島小学校特別活動室で、②毎週水曜18時50分～19時50分、中野島小学校アリーナで。①5～6歳20人、19,000円前期分②小学生20人、33,000円。動きやすい服装で。飲み物、汗ふきタオル、室内履き持参。圃 ☎900-3848(柳田)、☎932-4838(伊藤)。[先着順]

◆多摩老人福祉センター

〒214-0012多摩区中野島5-2-30
圃 ☎935-2941、☎933-5024

◆ロコモン体操教室

股関節に着目した講座と体操(座位、臥位、立位)の実技。6月24日～27年2月10日の原則第2・4火曜、14時～15時半、全16回。多摩老人福祉センター3階ホール

で。運動しやすい服装と靴で。タオル、飲み物持参。市内在住の60歳以上30人。圃6月16日9時から直接か電話で。[先着順]

★区役所こども支援室

〒214-8570多摩区登戸1775-1
圃 ☎935-3177、☎935-3119

★保育園で水遊び

区内の公立保育園4カ所では、地域の就学前の子どもと保護者を対象に、水遊び場を提供しています。子どもと一緒にビニールプール、たらいを使って水遊びなどを楽しみませんか。3歳以上の子どもには、幼児クラス用プールも開放しています(保護者同伴)。期間 7～8月(要予約)。圃 ☎希望する施設に事前に電話で(下表参照)。

施設名	☎・FAX
生田保育園	966-2502
南生田保育園	954-7575
東中野島保育園	922-8173
土淵保育園	933-8942

今月の市民健康の森

◆活動日時◆

6月15日(日)9時半～昼ごろ

雨天時22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(9時～18時)

区役所地域振興課

☎935-3131、☎935-3391

保健福祉の健診案内 圃 ☎区役所地域保健福祉課 ☎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 6月25日(水)	9時～9時20分	身体・血圧・骨密度測定、尿・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25人。1,650円。*妊婦・産後1年以内の人、年度内に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 ☎935-3301 ☎935-3294
	指導日 7月23日(水)	10時～10時半		
	検査日 7月23日(水)	9時～9時20分		
	指導日 8月27日(水)	10時～10時半		
1歳児歯科健診	7月3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	6月16日から電話で ☎935-3301
生活習慣病予防相談	7月16日(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。40歳以上の10人	6月30日から電話で ☎935-3301 ☎935-3294
禁煙相談	7月16日(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・在勤で禁煙を希望する女性4人	6月30日から電話で ☎935-3294

*電話受付時間は8時半～12時、13時～17時15分
*会場は区役所保健福祉センター。車での来場はご遠慮ください

区のお知らせ掲示板
申し込み方法は市版5面参照

▼区役所危機管理担当

〒214-8570多摩区登戸1775-1
圃 ☎935-3135、☎935-3391

▼交通安全教室

スタントマンが事故を再現する交通安全教室を開催します。7月9日(水)(雨天時は11日(金)に延期)13時～14時。生田中学校校庭で。会場へ直接。校庭の状態により、当日晴天でも延期となる場合があります。*駐車場はありません。

●区役所高齢・障害課

〒214-8570多摩区登戸1775-1
圃 ☎935-3266、☎935-3396

●認知症の学習会

誰もがかかる可能性のある認知症について、基本的な知識と認知症の人への対応を、学んでみませんか。7月9日(水)10時～12時。区役所6階601会議室で。80人。圃6月16日から直接か電話で。[先着順]

◎区役所企画課

〒214-8570多摩区登戸1775-1
圃 ☎935-3147、☎935-3391

●生田緑地サマーミュージアムへの出展(店)団体募集

「まち・自然・文化の輪」をコンセプトに生田緑地サマーミュージアムを開催します。8月3日(日)10時～18時。生田緑地中央広場で。20店舗。2,000円(1区画2.7㎡×3.6㎡)。別途保険料。テント各自持ち込み。圃6月15日までに申込書を郵送かFAXで〒214-0032多摩区柞形7-1-4生田緑地東口ビジターセンター ☎933-2300、☎933-2055。[選考]。*申込書は生田緑地東口ビジターセンター、日本民家園、かわさき宙と緑の科学館、岡本太郎美術館、区役所で配布中。生田緑地公式ホームページからもダウンロードできます。圃 http://.ikutaryokuti.jp

●専修大学自然科学研究所 公開講演会「南極—地球観測のフロンティア—」

「南極大陸の成立」「南極から考える地球環境」。7月26日(土)13時

半～16時(開場13時)。専修大学生田校舎10号館10101教室で(多摩区東三田2-1-1)。300人。当日先着。圃専修大学自然科学研究所 ☎911-0588

◆区役所地域保健福祉課

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

◆働き盛りと子育て世代の運動体験講座「ストレッチ・コンディショニング」

気軽にできる運動を学びます。6月26日(木)10時～11時半。区役所保健福祉センター講堂で。区内在住在勤で20～40歳代の15人。飲み物、タオル持参、動きやすい服装で。圃6月16日から電話かFAXで。[先着順]

◆夏休みこども歯科教室

唾液のPH測定検査や歯磨き実習を行います。7月30日(水)10時～11時半。区役所保健福祉センター第1相談室で。小学1～3年生15人。歯ブラシ持参。圃6月23日から直接か電話で。[先着順]

◆ウォーキング講習会「初めてでも安心してできるウォーキング」

楽しく安心してできるウォーキング方法を学びます。7月3日(木)13時半～15時半。区役所保健福祉センター講堂で。40人。飲み物、筆記用具、タオル持参、動きやすい服装で。圃6月16日から直接か電話で。[先着順]

◆高血圧予防料理講座

調理実習を通して、高血圧予防のための減塩ポイントを紹介しします。7月18日(金)9時半～13時。区役所保健福祉センター栄養室で。区内在住の24人。材料費実費。エプロン、三角巾、布巾、タオル持参。圃6月18日から直接か電話で。[先着順]

◆誤嚥性肺炎予防健康講座

飲み込む機能を高めて、誤嚥性肺炎を予防するポイントを歯科医師・歯科衛生士から学びます。7月24日(木)10時～12時。区役所保健福祉センター第1相談室で。区内在住の25人。圃6月17日から直接か電話で。[先着順]