

詳しくはホームページとインスタをご覧ください。遊んでいる様子がたくさん見れます。

二次元コード▼



こども食堂「大久野みつぼし食堂」開催

今回は「大久野保育園の人気給食メニュー」を提供する食堂です。

日時 9月22日(金)

午後6時～7時30分



場所 大久野保育園ランチルーム

対象 こどもから どなたでも

アレルギー対応についてはお問い合わせください。

費用 小学生以下 100円

中学生以上 300円

寄付 食材を寄付していた

だけの方も募集しています。

申込 大久野保育園ホームページで予約

を受け付けます。

▼先着30人(新規の方を優先します)

予約二次元コード▼



問 大久野保育園 ☎ 042(597)2006

宝光保育園からのお知らせ

げんきっこ

HAPPYで楽しい運動クラブ活動を動かして親子でスキンシップ

日時 9月2日(土) 午前10時～11時

対象 未就学児の親子 費用 無料

定員 親子8組 要予約

インフアントマッサージ

国際インフアントマッサージ協会

(AIM)公認インストラクターによる

マッサージで、ぬくもりを我が子に伝え

親子の絆を深めてください。

日時 9月6日(水)、13日(水)、20日(水)、

27日(水)

午後1時30分～2時30分頃

右記期間以外でも個別(小グループ)での対応もいたします。お気軽にお問い合わせください。

対象 満10か月未満の乳児の親子

費用 全4回で1千円

音楽リズム遊び おんぷりん

楽しい音楽リズム遊びで親子

スキンシップ

日時 9月9日(土)

午前10時～10時45分

対象 未就学児の親子

費用 無料

定員 親子8組 要予約

問 宝光保育園 ☎ 042(597)0876



キッズ体操教室のお知らせ

～動ける身体をめざして～

主催 ひのでまちくらぶ

幼少期に色々な動きを経験する事で、運動能力、運動神経が向上します。

この教室ではマット、跳び箱を中心に、ボールや縄跳びなど、色々な運動を行います。(体操選手を目指す教室ではありません。)

「運動が苦手だな」と思っている人も大丈夫！経験豊富な指導員がサポートいたします。

内容 コーディネーション、マット、跳び箱、ボールなど

日時 金曜クラス

9月1日、8日、15日、22日、29日

幼児▼午後5時20分～

小学生▼午後6時15分～

費用 1千円

対象 幼児・小学生

場所 本宿小体育館

申込方法 当日会場にお越しください。

※土曜日クラスもございますので、詳しくはお電話ください。

問 ひのでまちくらぶ事務局

☎ 070(3243)1784

文化スポーツ課 スポーツ振興係

☎ 042(588)5806



福祉とけんこう

身体障害者手帳(肢体不自由)・補装具の巡回相談を開催します

開催日 10月26日(木)

場所 西多摩福祉事務所(青梅市)

申込 地域支援係窓口・電話

9月21日(木)締切

問 子育て福祉課 地域支援係

☎ 042(588)4112



心身障害者医療費助成制度

受給者証は9月1日で更新

9月はマル障受給者証の更新月です。引き続き対象となつた方には受給者証を送付済みです。制度の詳細はお問い合わせください。

問 子育て福祉課 地域支援係

☎ 042(588)4112

西多摩くらしの相談センターからのお知らせ

巡回相談窓口開設(東京都委託事業)

～あなたの抱えている生活の

不安や心配をご相談ください～

日時 毎週木曜(年末年始・祝日除く)

午後1時30分～午後3時30分

場所 第1・3・5木曜▼やまびこホール

／第2・4木曜▼ひのでグリーンプラザ



対象 町内在住で経済的な問題で生活に困っている方、長く失業している方や働いた経験がない方、ひきこもりやニートで悩んでいる方、家計管理が苦手な方、子どもの学習で悩んでいる方など

※年齢制限はありません。
※事前に申込が必要でず。
費用 無料

申込 電話

学びの広場 ホツとスペースちえの輪

宿題の解き方を教え合ったり、時には仲間とイベント(スライム作り、ハロウィンパーティー、クリスマス会など)を楽しみながら、ここに集まったみんなの将来を切り開いていきます。

随時、見学・体験参加を受け付けています。お気軽にお越しください。

日時 毎週木曜(年末年始・祝日除く) 午後4時～6時

場所 第1・3・5木曜▼やまびこホール

第2・4木曜▼ひのでグリーンプラザ

対象 町内在住の原則小学生～中学生の方

費用 無料

二次元コード▼



問 西多摩くらしの相談センター

☎042(88)25(3)501

歯周病検診を受けましょう

歯周病は、全身疾患と密接なかわりがあります。予防と早期の口腔ケアが大切です。30歳、40歳、50歳、60歳、70歳は、歯にとっても大切な節目の齢です。

この機会に検診を受けて歯の健康状態をチェックしましょう。

対象 町内在住の、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳(年度末年齢)の方。対象者に案内をお送りします。

※現在、歯科治療中、全喪失の方は受診できません。

検診内容 問診、口の中の健康チェック

実施方法 町内指定歯科医療機関(森田歯科医院、ひらい歯科医院、日の出歯科医院)での個別受診

実施期間 9月1日(金)～11月30日(木)

定員 200人

費用 無料

申込 直接医療機関に電話申込してください。要予約。

問 いきいき健康課 健康推進係

☎042(588)5426



100 令和5年度 胃がん・肺がん検診のお知らせ

問 いきいき健康課 健康推進係 ☎042(588)5426

種類	胃がん検診	肺がん検診
方法	集団検診 (検診車でいきます)	
内容	胃部エックス線検査	胸部エックス線検査・喀痰検査 (該当者のみ)
対象	町内に住所を有する40歳以上(年度末到達年齢)の方 以下の方は対象外となります。 ※職場やご家族の健康診断などで受診機会がある方 ※検診部位に症状がある方 ※妊娠中や妊娠の可能性のある方 ※胃、肺の治療中や経過観察中の方 ※胃がん検診は、水分摂取に制限がある・バリウムを飲めない・2か月以内に大腸ポリープの切除をした・腸閉塞の既往がある・3日以上便秘・自力で検診車に乗れない・立位を維持できない・撮影台の手すりを握めない(握力が弱い)・1年以内に開腹手術をした方	
費用	無料 ※2次検診(精密検査等)は有料です。	
場所 時間	日の出ヶ丘病院:10月21日(土)・22日(日) / 保健センター:10月24日(火)・25日(水) 各日とも 8:00～12:00 ※受診時間は抽選で決定し、郵送でお知らせします。	
申込	<p>窓口、電話、はがき</p> <p>窓口 ▶9月 1日(金)～12日(火)</p> <p>電話 ▶9月 5日(火)～12日(火)</p> <p>はがき ▶9月12日(火) 必着</p> <p>通話料、郵送料はご負担ください。 申込みは先着順ではありません。 はがきの宛先: 〒190-0192 日の出町平井 2780 日の出町保健センター がん検診担当 検診日時は10月10日頃までに郵送でお知らせします。 ※抽選の結果、ご希望に沿えない場合がございますので、予めご了承ください。</p>	
検診等結果	検診の受診結果は、検診の約1か月後に個別に郵送します。	
その他	<p>◆申込後のキャンセルや変更は、必ず保健センターにご連絡ください。</p> <p>◆ひのでちゃん行政カードの元気健康ポイント対象です。(胃がん検診・肺がん検診 各100ポイント)</p>	



はがき(裏面)の記入方法▶

◆受診希望検診項目
胃のみ・肺のみ・両方
※受診する検診を明記してください
◆検診希望日
第1希望日 月 日(曜日)
第2希望日 月 日(曜日)
第3希望日 月 日(曜日)
※時間指定はできません
◆氏名(ふりがな)
生年月日、住所、電話番号
※記入もれがないようご注意ください。

定期的に受診して
健康管理をしましょう!