

いきいき シルバーライフ

きょうは「敬老の日」。市内には75歳以上のお年寄りが、3,125人います。

だれもが毎年一つずつ歳を重ねます。そして一日一日をどう過ごすかは自分しだい。「まだまだ働きたい」「趣味や特技を生かしたい」そんな意欲をもって活躍しているお年寄りがたくさんいます。

長くなった人生、健康で生きがいを持って過ごしたいものです。



体力は精神力の跳ね返り

東野川一丁目在住 高木義雄さん



お客さんの「また来てね」の言葉を励みに

駒井町三丁目在住 北奥彦司さん

「剣磨会」会長の高木義雄さんは、去年喜寿を迎え、11月に78歳を迎える。防具を付けて竹刀を振る機敏な動作からは、とてもこの年齢には見えない。「剣道で精神力が鍛えられた。精神力の跳ね返りが体力に影響している」と若さの秘訣。

高木さんが剣道を始めたのは15歳の時。その後は、剣道一直線。狛江に引っ越してからしばらくの間剣道を休止していたが、昭和61年、市の体育課の催しで行った中高年齢者の剣道教室に参加し再開。その教室に参加していた仲間たちで、この「剣磨会」が発足した。現在、会員は26人。

高木さんは、今まで剣道をやっていて一度もケガをしたことがない。「それだけ集中しているから」と剣道に対する真摯な意気込み。まだまだ元気な高木さんにとって「気の合った人たちと汗を流せるのがなにより」と笑顔で応えてくれた。

シルバー人材センターの最高齢会員の北奥彦司さんは89歳。シルバー人材センターで植木のせん定の仕事をしている親方である。シルバー人材センターに入る前の仕事が宮大工というだけあって、手先は器用。せん定の技術は、専門学校に行き、先代の親方について助手として学ばれた。

「と北奥さんを指名してくるほどの人気だ。」北奥さんの元気な秘訣は、よく歩くこと。3年前、はしこから落ちて足を骨折したが「まだまだ、やるんだ」という気力でカムバック。「今では何ともありません」と足をたたいてみせる。パチンコと相撲が好きな北奥さんは「仕事をやっていた楽しい。体が丈夫なうちはまだまだ仕事を続けていき、小遣いを稼がなくては」と元気がいっぱいである。

シルバー人材センター

安心して働けます

市内に住む、おおむね60歳以上の健康で働く意欲のある方なら、どなたでも会員になれます。

書き、賞状や招待状書き、事務整理など
〔管理分野〕マンション管理、スポーツ施設管理、公共施設管理、自転車整理など
〔折衝外交分野〕チラシ配り、配達、集金など
〔軽作業分野〕屋内外の清掃、除草、雑役、手内職など
〔サービス分野〕家庭内の掃除・洗濯、犬・猫の世話、高齢者の話し相手、留守番など
※仕事の注文も受けます。

〔申し込み・問い合わせ〕
狛江市シルバー人材センター
(猪方4-13-1) ☎3488-6735
■高齢者の仕事 特別相談会
(日時) 9月26日(火)午後1時30分～4時(会場) 中央公民館第4会議室(対象) 市内在住者で55歳以上の方
〔問い合わせ〕 狛江市シルバー人材センター、東京都稲城高齢者就業相談所 ☎0423-79-0720。

仕事は、入会時に希望の職種を登録しておき、連絡を受けた中から、自分に適した仕事を選んで働きます。仕事によつては、グループやローテーションによって働きますので、体調の悪い時や旅行の時にも安心して休むことができます。仕事に従事した会員には、仕事に応じて、報酬(配分金)が支払われます。

センターは、企業、家庭、市役所から次のような仕事を受け、会員に提供しています。
〔技術分野〕学習教室、経理事務、翻訳、ワープロなど
〔技能分野〕大工仕事、塗装、障子・襖張り、網戸張り、植木せん定など
〔事務分野〕毛筆・硬筆宛名

国勢調査を実施します

とらえよう日本の鼓動を

数字から

10月1日、統計法第四条および国勢調査令の規定に基づき、平成7年国勢調査が全国一斉に実施されます。

国勢調査は、日本に住んでいるすべての方が対象となり、今回は全国で約1億2,500万人、狛江市で約7万5,000人が見込まれています。

簡単です、安心です、調査内容

調査は、9月下旬に調査員がお宅にお伺いし、世帯ごとに調査票を配布します。

調査票は後日、調査員が回収に伺います。なお、調査票配布時に、調査員が調査票配布済み証(シール)を玄関などの見やすい場所に張りますのでご了承ください。

調査の項目は、17項目です。旅行などで一時留守にしている方、生まれたばかりの赤ちゃんも含まれます。日本にふだん住んでいる外国人の方も調査の対象となります。

また、仕事などの都合で3か月以上別のところで生活している方、病院等に3か月以上入院している方、学生寮等で生活している方は、その場所で調査します。

アパートなどに一人で暮らしている方、下宿している方は、一人一人調査票にご記入ください。なお、留守の時は、調査員が「連絡メモ」等により訪問に都合のよい日時や連絡方法をお

尋ねますので、調査員が市役所までご連絡ください。

記入していただいた内容を、外にももらしたり、統計の目的以外に使用することは法律により固く禁じられていますので、どうぞ安心してご記入ください。

暮らしに生かされます、調査結果

国勢調査は、法律に基づいて国が行う調査です。調査の目的は、わが国の人口を正確に把握するほか、急ピッチで進行する高齢化、国際化の状況など、世帯の構成、住宅の状況など、日本の現在の姿を正確に知ることにあります。

調査の結果は、国や都道府県、市区町村が、21世紀の行政を考えていく大切な資料となり、私たちの暮らしのさまざまな分野で生かされていきます。

あなたがご記入くださった答えから作られる統計がみんなの貴重な財産となり、また、より快適で住みよい日本、安心できる未来を築くための道しるべとなります。

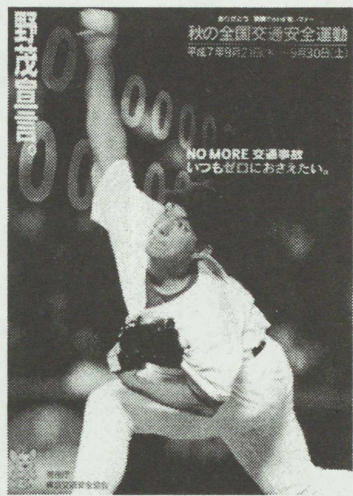


みなさんのご理解、ご協力をお願いいたします。
〔問い合わせ〕統計係。

秋の全国交通安全運動

9月21日～30日

ありがとう
笑顔でかわす
良いマナー



秋の行楽シーズンを迎え、職場の旅行や家族旅行など、外出の機会が多いこの時期、交通事故も多発する傾向にあります。

外出には余裕を持って、時間に追われることのないよう、特に長距離へのドライブは事前に車の点検をし、正しい交通ルールとマナーで安全運転に心掛けましょう。

交通安全市民のつどい

秋の交通安全運動に先がけて、調布警察署、調布交通安全協会、調布市、狛江市等の主催で開催されます。



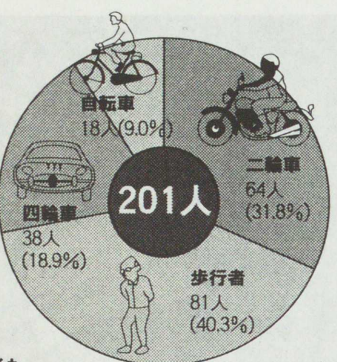
一日署長の
扇ひろ子さん

〔日時〕9月17日(日)午後2時から
〔会場〕調布グリーンホール
〔問い合わせ〕管理課。

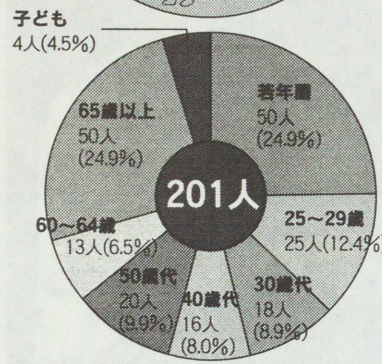
東京都内の交通事故による死亡者の現況

(平成7年上半年・死者数201人)

【歩行者・乗り物別】



【年齢別】



市民相談

相談名	開催日と時間	相談員	申し込み等
法律相談	毎週月・木曜日 午前9時～正午	弁護士	電話予約制。相談日の1週間前から企画広報課で受け付け
カウンセリング・心の相談	27日(水) 午前9時～正午	カウンセラー	
交通事故相談	19日(火) 午後1時～4時	交通事故相談員	
人権身の上相談	21日(木) 午後1時～4時	人権擁護委員	
土地家屋調査測量登記相談	28日(木) 午後1時～4時	土地家屋調査士	開始30分前から市民課で受け付け。先着6人。
許認可申請、届け出等の手続相談	22日(金) 午後1時～4時	行政書士会調布支部	
高齢者生活相談	毎月第2・4火曜日 午後1時30分～3時30分	稲城高齢者就業相談所	直接第1市民相談室(市役所2階)へ
消費生活相談	毎週月曜日 午前9時～午後4時 20日(水) 午前10時～午後4時	消費生活相談員	産業生活課で受け付け 会場は野川地域センター
聴覚障害者相談	毎月第2・4水曜日 午前9時～正午	手話通訳士	
児童相談	毎週木曜日 午前9時～正午 第1・3月曜日	児童福祉司	社会福祉課で受け付け
母子相談	月～金曜日 午前9時～午後4時	母子相談員	
教育相談	月～金曜日 午前9時～午後4時30分	教育相談員	市教育相談室(第2小学校内)へ。幼児から中学生
親と子の電話相談	月～金曜日 午前9時～午後5時	教育相談員	☎3430-1411
年金相談	月・金曜日 午前9時～午後4時	年金相談員	直接保険年金課へ
心配ごと相談	毎週水曜日 午後1時～3時	心配ごと相談員	社会福祉協議会(西河原公民館内)で受け付け
高齢者就業相談	毎週木曜日 午後2時～4時	シルバー人材センター	☎3488-6735

転入・転出 転居の手続きは 忘れずに

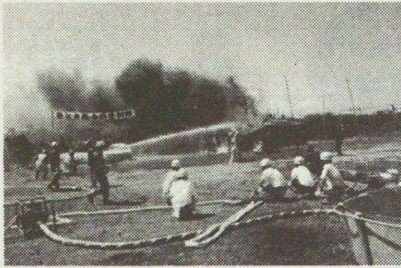
狛江市に住んでいて届け出を
していない方、家族の中で他市
等へ移り実際に住んでいないの
に住民登録がそのままになって
いる方などは市民課で届け出を
してください。住民登録は、選
挙権や、居住関係を証明する大
切なものです。

多摩川衛生組合 職員募集

所を移動)・世帯主の変更等は、
14日以内に届け出ることが義
務付けられています。
転入された方は、前に住んで
いた区市町村発行の転出証明書
をご持参のうえ市民課で手続き
をしてください。
〔問い合わせ〕市民課。

〔職種〕▽事務職、技術職〔募

集人員〕各若干名〔試験日時〕
〔第1次試験〕11月5日(日)午前9
時〔採用期日〕平成8年4月1
日以後〔資格要件〕▽事務職・
昭和46年4月2日以後に出生し、
大学を卒業もしくは卒業見込み
の方▽技術職・昭和41年4月2
日以後に出生し、大学(機械科も
しくは電気科)を卒業もしくは
卒業見込みの方〔応募受付〕9
月18日(月)～29日(金)まで(土・日
を除く)〔提出書類〕履歴書(試
験案内、履歴書用紙は、9月11
日から組合で配布します)。
〔問い合わせ〕多摩川衛生組合
管理課 ☎0423-771360
1。



「防災の日」の9月1日、多摩川緑地公園グラウンドで、関係者・市民約1,500人が参加して、総合防災訓練が行われました。今回は、阪神・淡路大震災の教訓を踏まえた内容として、倒壊家屋からの救助活動や、6月に発足した地区消防隊による延焼阻止消火、遠距離放水など、熱のこもった訓練が展開されました。

阪神・淡路大震災 を教訓に防災訓練



9月7日、敬老の日を前に、市長が市内在住のお年寄り、荒井よねさん(96歳・中和泉二丁目)と山村八重子さん(96歳・元和泉二丁目)を表敬訪問し、長寿をお祝いしました。市長から「いつまでもお元気でいてください」と花束、記念品の日本人形、敬老金が渡され、握手を交わす荒井さんと山村さんの笑顔には、96年の歳月が輝いていました。

市長 長寿の お祝いに訪問

こまえスポット

ふれあう心で豊かなまちを 第19回物産市民まつり



▽文化祭関係の展示、発表
▽パレードへの参加者(団体)
▽その他、市民まつりにふさわしい催し物
■ステージ出演
▽技芸、演芸、遊芸など特技をお持ちの方、腕前を会場内のステージで披露してみませんか(プロ・アマを問いません)
▽カラオケ出演 ますますレベルが高くなつてきた市民まつりのカラオケ大賞への出場者を募集します。

あつせんします。まつりの前2週間程度飾られ、まつりの雰囲気を一層盛り上げると例年好評です。希望する社名、商店名等を入れ、1個2,000円であつせんします。(申し込み)9月18日(月)から市民まつり事務局(企画広報課コミュニティ担当内)へ。
■出店
出店は、市民の方に限ります。場所は、第一小学校校庭と市役所1階駐車場です。店舗数は合計で70店の予定で1団体1店舗、1区画2・7m×3・6mが原則です。なお、出店場所については、一部火気使用ができない場所もあります。

は、テント1張7,000円、テーブル1脚2,000円、いす1脚500円で借り上げあつせんします。電気の配線はありません。
■申し込み
出店の申し込みは、10月2日(月)午前10時から先着順に受け付けます。運営協力金を添えて市民まつり事務局(企画広報課コミュニティ担当内)へ。
■出店場所の決定
申し込み受け付けた方より、後日抽選で決めます。備品あつせん料は抽選日に徴収します。

加入することになります。また、保険税もその日までさかのぼって納めていただくこととなりますので、早めに手続きをしてください。
■手続きに必要なもの
①健康保険資格喪失証明書②印鑑③年金証書(年金受給者のみ)④国民健康保険証(同一世帯に加入者がいる場合)
■問い合わせ
国保係。

乳幼児医療証が
新しくなります
③医療証が10月1日から替わります。新しい③医療証が交付される方は、平成7年10月1日以降も引き続き3歳未満児を養育している方で、平成6年中の所得が一定の所得制限額以下の方です。ただし、現在③医療証をお持ちの方で現況届未提出者、健康保険未加入者、生活保護受給者、および未申請者は、交付されません。
10月1日からは、医療機関で

診療を受けるときは、必ず新しい③医療証と健康保険証と一緒に窓口へお出ください。
現在お持ちの③医療証は、9月30日で使用できなくなりますので、期限の切れた③医療証は、保険年金課医療助成係にお返しください(郵送可)。
なお、新しい③医療証は、今月下旬にお送りします。
■問い合わせ
保険年金課医療助成係。

国民健康保険の 加入は14日以内 に届け出を

市では、私立心身障害児通所訓練施設に通う障害児の保護者の負担を軽減するため、補助金を交付します。
今回の補助金は、平成7年度上期分(4月～9月分)です。
〔補助金額〕障害児1人につき、月額6,000円まで〔申請方法〕市内の施設に通所している方は施設で申請用紙をお受け取りのうえ、所定事項を記入し在宅福祉課へ申請してください。その他の方は、申請用紙を福祉総合相談窓口で配布します。(受付期間)9月28日(木)まで。
■問い合わせ
在宅福祉課。

浄水場からの水を
直接蛇口までお届けします
「増圧直結給水方式」の導入

東京都水道局では安全でおいしい水を供給するため、に受水タンクを必要としない新しい給水方式として増圧直結給水方式(メータの口径が50ミリ以下)を10月1日から導入します。

マンション等でこの方式を利用すると、浄水場から送る水が中高層階まで直結給水できるようになります。
■問い合わせ
水道課給水装置係 ☎3480-0200

年金 問 答

年金は確実にもらえるの?

高齢化が進み、出生率が低下している現在、保険料を納めても年金が本当にもらえるのか心配……という声を聞くことがあります。しかし、公的年金制度は、国が責任を持って、長期的に健全かつ安定的に運営しますので、将来にわたって確実に年

金がかかります。
▽保険料は納め忘れのない「口座振替」で
▽保険料の支払いが困難な場合は支払いが免除される、保険料免除制度を利用してください。
ご相談は年金係まで。

高置タンク
ポンプ
受水タンク
メータ
給水管
増圧ポンプ
逆流防止用機器
メータ
給水管
配水管
受水タンク方式
増圧直結給水方式

健康と衛生

Health 検診

詳しくは「予防接種と子どもの健康」をお読みください。
〔問い合わせ〕健康課。

■1歳6カ月児健康診査

〔日時〕10月2日(月)受付時間は午後1時15分～2時15分〔会場〕
 狛江保健相談所〔対象〕平成6年2月16日～3月31日生まれの幼児〔持ち物〕母子健康手帳・問診票
 〔問い合わせ〕健康課。

Health 健康診断

■三種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風)

予防接種を別表のとおり実施します。

■三種混合

会場	実施日			受付時間
	1回目	2回目	3回目	
南部地域センター	9月19日(火)	10月12日(木)	11月7日(火)	午後1時30分～2時40分
上和泉地域センター	9月20日(水)	10月11日(水)	11月8日(水)	
中央公民館	9月18日(月)	10月13日(金)	11月9日(木)	
		整理日	12月6日(水)	

○すでに百日せきにかかったお子さんには二種混合を中央公民館で行います。
 ○会場で検温を行いますので、午後2時30分までにはおいでください。

Health お知らせ

■骨密度測定を行います

市では10月20日(金)に実施する「健康づくり市民のつどい」の中で骨密度測定を行います。骨粗しょう症は骨がもろくなり軽く転んだだけで骨折することもあり、中高年の女性に多くみられ、お年寄りの寝たきりの原因にもなっています。

骨密度測定ご希望の方はお申し込みください。

〔対象〕45歳～65歳までの女性
 〔募集人員〕30人(40、50、60歳代各10人)〔費用〕無料〔申し込み〕10月3日(金)(当日消印有効)までに往復はがきの返信の表面に申し込み者の住所・氏名、裏面に、年齢・生年月日・住所・氏名・電話番号・希望時間帯(午前か午後)を記入して、狛江市役所健康課骨密度測定担当(和泉本町1-1-5)へ。申し込み多数の場合は抽選。

〔問い合わせ〕健康課。
 ■在宅寝たきり高齢者訪問歯科診療を実施しています
 市では、狛江市歯科医師会の協力で在宅寝たきり高齢者訪問歯科診療を実施しています。この事業は在宅で65歳以上の寝たきりの方で、「入れ歯が合わない」「歯が痛い」など、治療をしたくても寝たきりのため通院できない方のために歯科医師がお宅へ訪問して診療を行うものです。なお、あらかじめ狛江市歯科医師会から、歯科医師が訪問し、訪問診療ができるかどうか予診

をします。本人の健康状態や、歯の状態により訪問治療が難しいと判断された場合には治療できない場合もあります。

〔申し込み〕健康課窓口にて随時受け付け〔対象〕在宅で65歳以上の寝たきりの方で歯科医院に通院できない方〔費用〕治療に要する費用(社会保険等の適用による自己負担分)は、本人負担です。

〔問い合わせ〕健康課。

■肺がん検診実施医療機関の追加について
 9月1日号の広報でお知らせした肺がん検診実施医療機関の他に、次の医院を追加します。

▽村上医院 和泉本町1-18-6
 ☎3430-3705。

Health 健康相談

■狛江市医師会の無料健康相談

〔日時〕9月21日(木)午後1時30分～2時30分〔会場〕医師会事務所(中央公民館地下)〔科目〕内科・産婦人科
 〔問い合わせ〕健康課。

■狛江保健相談所

☎3480-5351

■一般健康相談(診断) 毎週

木曜日午前9時～10時30分
 ◆こころの相談心の悩み 思春期問題等でお困りの方や家族の方。毎月第1・3火曜日午後1時30分～4時。電話予約制。

◆酒害相談 アルコール依存などでお困りの方や家族の方。10月5日(木)午後2時～3時30分。電話予約制。

講演

■狛江親子読書会講演会

〔日時〕9月30日(土)午後2時から〔講師〕今西祐行さん(児童文学者)〔会場〕中央公民館第4会議室(保育あり)
 〔問い合わせ〕井上☎3488-8448。

お知らせ

■自然保護等分科会

狛江駅北口の緑地保全地区内に市が整備を予定している「自然公園」について、市側の計画案に対する「市民の会」の考えを取りまとめます。

〔日時〕9月21日(木)午後7時から〔会場〕市役所502会議室
 〔問い合わせ〕前島☎3489-1485。

■東京簡易裁判所からのお知らせ

東京簡易裁判所では、簡易裁判所の民事手続きについて、電話またはFAXによる案内サービスを開始しました。夜間または休日をお問わず24時間利用できます。お気軽にご利用ください。

ご案内

〔案内電話〕☎5251-1611。

募集

■都民劇場・新会員募集

都民劇場は、よい演劇・音楽等が得な会費で楽しめる鑑賞団体です。

今期は、浅丘ルリ子の「天上の架敷の人々」、大地真央の「アイリーン」等をはじめ現代劇・歌

相談

■少年相談所開設

〔日時〕9月22日(金)～24日(日)・午前11時～午後5時〔会場〕西武百貨店渋谷店B館2階ぐらしの相談コーナー〔内容〕お子さんに関する相談全般〔費用〕無料
 〔問い合わせ〕警視庁少年第一課(少年相談室)☎3481-4321。内線5733。

都民の日 記念 カッパバッチの発売



都では、毎年10月1日を「都民の日」とし、各種の行事を行うとともに、動物園等の都の施設を無料公開しています。その「都民の日」を記念する「カッパバッジ」のあつせんを今年も行っています。

そのバッジとなったカッパのいわれは次のとおりです。その昔、隅田川にいたカッパたちは、付近の人間たちとたいそう仲良く住んでいま

た。人間たちは、雨が降るたびに、隅田川にかけた橋が流されてしまうので困っていました。それをみてカッパたちは、おれにと自分たちで丈夫な橋を一夜でみごとに完成させました。橋はそれから流されることなく、人間を水難から救いました。感謝した人間たちは、やがてカッパを、水難よけのお守りとしてまつるようになったということです。

◆ 都では、できるだけ子どもたちに親しまれるものをと、このカッパに決定しました。「カッパバッジ」の価格は、単品が200円、5色セットが800円です。10月13日(金)まで企画広報課で発売しています。

催し

までに市役所1階職員休憩室へ。また、今年の4月・7月に参加された方および電話での申し込みはできません。

【問い合わせ】健康課。

■中央公民館利用者懇談会

日ごろ公民館を利用している団体相互の交流や公民館との意見交換の場として利用者懇談会を開催します。

都合のよい時間帯にどうぞ。

【日時】10月6日(金)昼間の部・午後2時～4時、夜の部・午後7時～9時【会場】中央公民館講座室

【問い合わせ】中央公民館 3488-4411。

■西河原公民館利用者懇談会

【日時】9月26日(火)午前の部・10時～正午、夜の部・7時～9時【会場】西河原公民館学習室

【問い合わせ】西河原公民館 3480-3201。

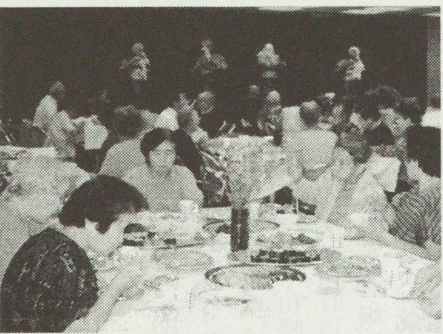
■手品と奇術の発表会

狛江シルクの会では、楽しい手品と奇術の発表会を市教育委員会の後援により行います。お楽しみ抽選会もあります。

【日時】10月1日(日)午後1時開演【会場】西河原公民館ホール

■健康バスハイク

【行き先】箱根(芦ノ湖・大涌谷)周辺【対象】市内在住の40歳以上の方【日時】10月6日(金)午前8時30分市役所前集合【会費】無料【持ち物】弁当・雨具・水筒等【定員】40人。定員を超えた場合は抽選【申し込み】9月22日(金)午前8時30分～45分



■TAMAを元気にするアート展

多摩在住の作家たちが地域文化をより良くしていくこうとする。

教室

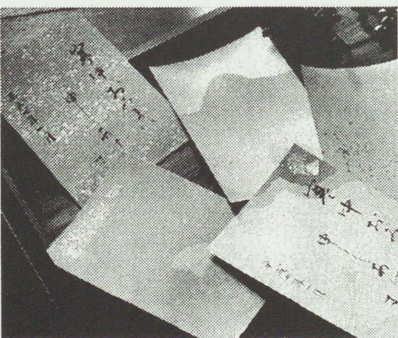
■初心者のための俳画教室

西河原公民館・南部地域センター共催事業。

【日程・内容】別表のとおり【時間】午後1時30分～3時30分【会場】南部地域センター【講師】金子嘉一さん(画家)【対象】成人20人【参加費】500円(材料費)【持ち物】筆記用

■俳画教室の日程

月 日	内 容
10月5日(木)	俳画とは何か、用具と材料
10月12日(木)	描き方の基本-実際に臨・作画する
10月19日(木)	実作練習
10月26日(木)	俳画作品の仕上げ



具、その他は初日に説明があります。【申し込み・問い合わせ】9月18日(月)午前9時から電話で南部地域センター 3489-12150へ。先着順。

■創作講座

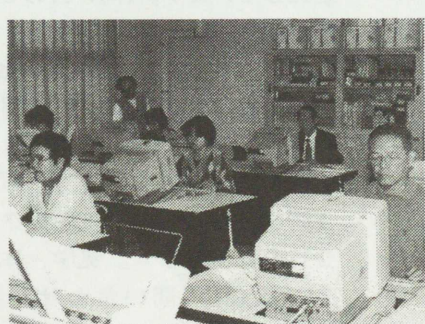
和紙に色をつけたり、金銀をちりばめたり、文様をつけたりして、「料紙」をつくってみませんか。年賀状などにも最適です。【日時】10月12・26日(各木曜日)午後2時～4時【会場】中央公民館美術工芸室【講師】村上翠亭さん(大東文化大学教授)【テーマ】かな書道料紙をつくる【定員】20人(先着順)【費用】

■時事講座日程

10月5日(木)	税体系・源泉所得税・所得税
10月12日(木)	相続税
10月19日(木)	譲渡所得税
10月26日(木)	贈与税・その他(質問等)

材料費5,000円(2回分)【申し込み・問い合わせ】中央図書館(電話可) 3488-4414へ。

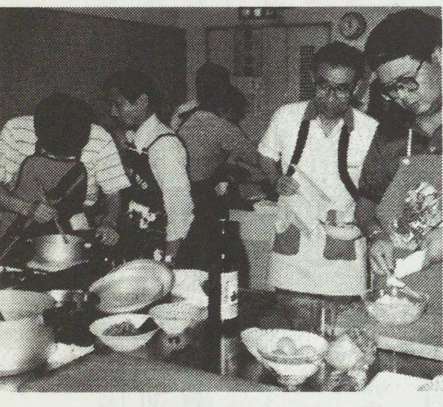
18日(月)から中央公民館 3488-4411へ。【はじめてのパソコン講習会】ワープロにも触れたことのない方を対象に、一太郎や花子のソフトを使用して文章や図形の作成、印刷の仕方まで学習します。



■男の料理教室

中央公民館と岩戸地域センター運営協議会との共催事業として、家庭の冷蔵庫の中に入っている食材をもとに和・洋・中華料理の教室を開催します。

【日時・内容】別紙のとおり【会場】岩戸地域センター料理実習室【講師】細田敏子さん(料理研究家)【参加費】無料。



10月9日	○煮なます ○塩鮭寿司 ○鶏丸の煮おろし
10月16日	○きのこのフリットワイン風味 ○ほうれん草と卵のグラタン ○ポークソテーオニオンソース 人参入りバターライス添え
10月23日	○高菜漬と牛挽肉のチャーハン ○レタス炒めかニ肉あん ○えび詰椎茸甘酢あん
10月30日	○たたきごぼう ○メダカはメダカ、蛇腹胡瓜 くらげ梅ネズ ○穴子素揚げ、鮎ユッケ擬き

※各回とも月曜日午前9時30分～正午まで

ただし材料費として4,000円【定員】16人・先着順【持ち物】エプロン・手ふき・筆記用具【申し込み・問い合わせ】9月18日(月)から岩戸地域センターへ。

【申し込み方法】往復ハガキに、住所・氏名・電話・年齢を明記して狛江市教育委員会社会教育課「パソコン教室」係(和泉本町1-1-5)へ。25日必着。応募多数の場合は抽選によって受講者を決定します。

【問い合わせ】社会教育課。【みどり号】連休のお知らせ9月19日(火)～20日(水)の2日間のみどりの車検のため運休いたしますのでご注意ください。【問い合わせ】西河原公民館 3480-3201。

スポーツ

■親子ふれあいスポーツ教室

親と子が一緒になってできる運動を中心に、親子間のスキンシップやコミュニケーションを図るとともに、同年齢の子ども達との交流を深めていく楽しい教室です。

〔日時〕10月5日・9日・12日・16日・26日・30日、11月2日・9日・13日・20日の月曜・木曜(全10回)。午前10時～10時15分まで受け付け、午前10時15分～11時15分まで実技(会場)市民総合体育館(格技室)〔対象〕市内在住・在勤の親子。子どもは平成3年4月2日～平成4年



対象にグラウンドゴルフ教室を開催します。
〔対象〕市内在住・在勤の心身障害者の方と介護者およびボランティア団体のメンバーの方
〔申し込み〕9月18日(月)から〔参加費〕無料〔指導者〕東京都多摩スポーツセンター指導員および体育指導員
〔問い合わせ〕市民総合体育館 3430-1141。

■心身障害者スポーツ教室

月日	会場	時間
10月7日(土)	市民総合体育館第2体育室	受付午後1時15分～1時30分
10月14日(土)	第1体育室A面	1時30分～
10月21日(土)	第2体育室	実技午後1時30分～3時30分
10月28日(土)	第1体育室A面	3時30分～

親子で楽しむチャリティ音楽会

第4回 狛江すくすくコンサート



狛江市青少年問題協議会主催、東京電力(株)調布支社共催による親子で楽しむチャリティ音楽会です。
〔日時〕10月1日(日)午後2時～4時(午後1時30分開場)(会場)狛江第一小学校体育館〔対象〕小学生以上(500人)〔内容〕第一部 狛江第七小学校ブラスバンド、狛江第二中学校吹奏楽部、都立狛江高校吹奏楽部による演奏。

第2部 アルペン・プラスカペレ

日本唯一の本格的なドイツ・スタイルのアンサンブルです。

クラリネット・ホルン「サウンド・オブ・ミュージック」メドレー、「デイズニー」メドレー、「となりのトトロ」、「ドラゴンクエスト」ほか。〔申し込み〕市役所等で配布中のチラシ(市立小・中学校の児童・生徒には学校より全員に配布)に印刷されている「はがき」で9月18日(月)までに申し込みください。9月下旬に招待券を発送。申し込み多数の場合は、抽選により当選者のみ発送。
〔問い合わせ〕在宅福祉課在宅支援係。

■第11回市民柔道大会

〔日時〕10月1日(日)午前9時から(会場)市民総合体育館〔対象〕市内在住・在勤者(試合方法)小学生低学年・高学年の部、小学生女子の部、中学生の部、中学生女子の部、一般段外の部、初段の部、各々高年次試合〔参加費〕2000円〔申込先〕9月20日(水)までに狛江市体育協会。
〔問い合わせ〕池田 3480-4673。

■市民秋季バレーボール大会

〔期間〕10月1日～22日の毎週日曜日〔資格〕市内在住・在勤で構成されたチーム〔参加費〕1チーム5,000円(新規チームは7,000円)抽選会場は徴収します。〔申し込み〕9月19日(火)までに大久保スポーツセンターへ〔抽選会〕9月19日(火)午後7時から市民総合体育館
〔問い合わせ〕平沢 3489-6883(夜間)。

■市民秋季ソフトボール大会

〔期間〕10月1日～22日の毎週日曜日〔資格〕市内在住・在勤で構成されたチーム〔参加費〕1チーム5,000円(新規チームは7,000円)抽選会場は徴収します。〔申し込み〕9月19日(火)までに大久保スポーツセンターへ〔抽選会〕9月19日(火)午後7時から市民総合体育館
〔問い合わせ〕平沢 3489-6883(夜間)。

児童館

◎岩戸児童センター

3489-5414

●幼児のつどい 毎週金曜日午前10時30分～11時30分。内容は、22日作って遊ぶ。29日ケーブールカーを作ろう。対象は幼児(保護者同伴)。参加は自由。持ち物は上置き。
●手づくりあそび 27日(水)午後3時～4時。内容は、「やさいでつぼうを作ろう」。対象は幼児(保護者同伴)から。

◎和泉児童館

3480-1441

●幼児のつどい 毎週木曜日午前10時30分～11時30分。内容は、21日絵の具遊び(よこれても良

図書館

■文学散歩「花の寺・瑞泉寺と鎌倉文学館」

今回の文学散歩は多数の文学者のゆかりの地、鎌倉を訪れます。四季折々に花を咲かせる瑞泉寺と鎌倉文学館を散策します。
〔日時〕10月13日(金)午前8時30分市役所出発〔定員〕40人〔申し込み〕9月29日(金)午後2時から(2時で定員を超えた場合は抽選)中央公民館2階講座室(電話不可)〔参加費〕450円(拝観料)
〔問い合わせ〕中央図書館 3488-4414。

シルク狛江ホール(中和泉1-8-3)で、ポピュラーから演歌まで幅広く練習しています。〔問い合わせ〕藤井 0422-44-9285。

■アンニョン・ハシムニカ・会員募集

一番やさしい外国語、韓国語を初歩から学びませんか。毎週土曜日午後1時～5時まで中央公民館で楽しく勉強しています。〔問い合わせ〕松井 3489-7612。

■ビビットアクション・会員募集

市民総合体育館で、幼稚園児から小学生を対象にジャズダンスのレッスンをしています。毎週水曜日午後4時～5時までの幼稚園児クラスの会員を募集します。見学、体験レッスン歓迎。〔問い合わせ〕西川 3489-8167。

ほっとらいん 6.39

■狛江・ビーチボール・アソシエーション・会員募集

毎週金曜日午後6時30分～9時まで市民総合体育館で練習しています。入会金無料。会費月400円。どなたでもお気軽にご参加ください。〔問い合わせ〕ほりつか 3488-6268。

■歌謡カラオケ・会員募集

歌の好きな方、これから練習をしたい方、お友達になりたい方等ご応募ください。指導は(社)日本作曲家協会会員の作曲家の先生です。第2・第4土曜日午後7時～9時まで