

### 話のきき方講座 「声なきSOSを出している子ども・若者のためにできること」

皆さんの周りに「最近元気がない」、「いつも様子が違う」など気になる方はいませんか。そのような声なきSOSに気付いても、どうすればいいのか分からず、戸惑いを感じた経験はありませんか。

この講座では、声のかけ方や話のきき方について実践的な方法を学びます。あなたの優しいひと言で、大切な人を守ることができるともかもしれません。

日時 3月9日(木)、17日(金) 午後2時〜4時

会場 市役所2階会議室

対象 2日間参加できる市民

内容 このころの不調に気付いた時の声のかけ方や対応方法

講師 (二社)心理支援ネットワーク心PLUS 代表理事 大林裕司氏

定員 先着60人(予約制)

費用無料

申し込み 電話☎23・2191で健康センターへ

### かすみ台第三保育園新園舎内覧会

かすみ台第三保育園が園舎を建て替えました。多摩産の杉を使ったロックカーなど木の香りのする内装が特徴です。

園児の作品展の日に内覧会を行いますので、作品を見ながら室内をご覧ください。

日時 2月26日(日) 午後10時〜午後3時

会場 かすみ台第三保育園(谷野1)

費用無料

直接会場へ

その他 駐車場あり

問い合わせ かすみ台第三保育園☎31・129

3、市子育て推進課



### ママ癒し隊「スマイル講座」

子どもと一緒に楽しい毎日を送るために、笑顔がすてきな人を目指しましょう。

日時 2月22日(水) 午後10時45分〜11時30分

会場 下長瀬自治会館2階大広間

対象 就学前の親子、妊婦

講師 安達万里子氏

費用無料

直接会場へ

問い合わせ 長瀬保育園 富樫☎22・8102、市子ども家庭支援課 支援係



### 「ゴックン」初期 離乳食教室

日時 3月13日(月) 午後10時〜11時30分

会場 東青梅市民センター1和室

対象 生後4〜5か月児と保護者

内容 離乳食の始め方とこの時期の離乳食の作り方の説明および試食

定員 先着20組(予約制)

費用 100円

持ち物 バスタオル、ミルク(お湯も含む)、おむつなど外出時に必要なもの

申し込み 電話☎23・2191で健康センターへ



### 第14回オストミーの方の集い

日時 3月10日(金) 午後2時〜3時30分

会場 総合病院南棟別館2階第2会議室

対象 オストミーの方(家族付き添い可)

申し込み 3月10日の午前11時までに電話☎22・3191でがん相談支援センターへ

※土・日曜日、祝日を除く午前8時30分〜午後4時



### 家庭教育講演会 「こころのSOSサインをキャッチ！」

子どものこころを健康に保つヒントを学ぼう

子どものこころは成長とともに大きく揺れ動き、ときには何を考えているのか分からなくなることもありますか。こころの健康について基礎的な知識を学びながら、子どものこころを健康に保つためにどうすればいいか、ヒントやコツを学びます。

日時 3月5日(日) 午後2時〜4時

会場 市民会館第1・2会議室

対象 小学生以下の保護者に保つ心のある方

定員 先着40人(予約制)

費用無料

講師 お茶の水女子大学 基幹研究准教授 青木紀久代氏

共催 NPO法人青梅子ども未来

その他 託児あり(6か月〜未就学児若干人申し込み 電話で社会教育課へ)



### 市立総合病院 おうめ健康塾 生活習慣病を予防しよう

生活習慣病とは、生活習慣によって引き起こされる病気の総称で、食生活の乱れや運動不足、喫煙、飲酒などの積み重ねによって起こり、放置すると命に関わることもあります。発症時期は40歳代以降の中年期が大半を占めています。近年は食生活の欧米化やストレス社会の影響により、若年層の生活習慣病も増えており、深刻な社会問題となっています。発症の予防には、生活の見直しが必要です。生活習慣病を予防するための方法をお話しします。

日時 3月18日(土) 午後2時〜3時30分

会場 総合病院講堂(南棟3階)

講師 糖尿病看護認定看護師 前原亜子氏

費用無料

直接会場へ

その他 次回開催は4月「リンパ腺が腫れたとき」(予定)です。

問い合わせ 総合病院管理課庶務係☎22・3191



### 市民食育講演会 「食育のはじめの一步は、お口から」

赤ちゃんと高齢者まで世代をつなぐ健康づくり

自分のお口の中を知ることから、食育は始まります。

よくかんで食べる習慣やむし歯・歯周病を予防してお口の健康を保つことは、体の健康にもつながります。

今回は子育て世代を中心に、それぞれの世代に「お口の健康づくりと食育」について、市民の口腔内の状況を身近に見てきた歯医者さんがお話しします。

日時 3月12日(日) 午後1時30分〜3時30分

会場 健康センター1階

対象 市民

※子育て中の保護者や食育に関心のある方など、ぜひご参加ください。

講師 青梅市歯科医師会 副会長・歯学博士 高野 真氏

定員 先着60人(予約制)

費用無料

その他 託児あり

※託児を希望する方は、申し込み時にお伝えください。

申し込み 電話☎23・2191で健康センターへ



### 青梅市青少年健全育成団体登録更新手続き 新規団体・継続団体とも登録が必要です

青梅市青少年健全育成団体登録制度とは

青少年の健全育成に資するため、継続して青少年健全育成活動を行う団体の情報を登録し、広く市民に提供することも、その活動をさまざまな形で支援するためのものです。

登録された団体の情報は、市ホームページ等に掲載します。また、市民センターなどの施設使用料の減免を受けることができます。

登録できる団体 次のすべての条件に該当する団体

① 青少年の健全育成を目的とした活動を行う団体であり、その活動内容が青少年に対するものであること

② 市民に開かれた団体であること

③ 代表者は成人であること

④ 代表者、指導者、世話人等を除く構成員は、すべて中学生以下であり、同一種目の他団体に所属していない者が10人以上であること

⑤ 構成員の過半数が市内に在住、在勤または在学する者で構成され、活動の拠点が市内にあること

※営利等を目的とする団体など、その活動内容等により申請しても登録できない場合があります。

登録有効期間 4月1日〜平成30年3月31日

受付期間 3月1日〜15日

受付場所 子ども家庭支援課青少年担当

提出書類

① 青梅市青少年健全育成団体登録申請書

② 会員名簿

③ 平成28年度決算書および29年度予算書(書式任意)

④ 事業計画書(書式任意)

⑤ 規約、会則等(書式任意)

※②の用紙は受付場所配布(①③の用紙は市ホームページからダウンロード可)

お問い合わせ 子ども家庭支援課青少年担当