

第7回

市民体力測定&健康チェック

「健康について考えてみませんか！」



健康維持 体力向上のためには、まず自分自身の体について知ることが大事です。楽しみながら簡単な方法で体力年齢を測ったり、日常の健康について、専門家に相談したり、ご自身の健康について考える1日してみませんか。

開眼片足立ち⑨6分間歩行

※総合評価は、20歳から64歳までは、体力年齢を算出します。6歳から19歳、65歳から79歳までは「A」から「E」の5段階判定を行います。

※年齢により測定種目が異なります。

【健康チェック】

①健康コーナー（医師会・薬剤師会）

②血管年齢測定、健康相談

③薬の相談、身体年齢測定、血流測定、体脂肪・BMI

④歯科コーナー（歯科医師会）

健康推進課

○だ液潜血検査及びブラッシング指導、かむ力の検査、むし歯菌検査、口臭測定、歯周病チェック、歯科相談

③栄養コーナー（健康推進課）

○朝食について

・簡単な朝食レシピのリーフレット配布等

④健康クイズコーナー（健康推進課）

○健康に関するクイズ、各種パネル展示

※健康チェックの内容は変更する場合があります。あらかじめご了承ください。

問い合わせは、体力測定については、教育委員会生涯学習スポーツ課（☎市役所内線654・655）、健康チェックについては、保健相談センターお伊勢の森分室（☎564）5421へ。

武蔵村山市スポーツ振興基本計画策定懇談会の委員募集

市では、スポーツ振興基本計画の策定のために、市民の皆さんや有識者等から意見をいただき、計画原案の検討、集約を行うための懇談会を設置するに当たり、委員を募集します。

▼募集人数 11人

▼応募資格 次のすべての要件を満たすかた

①応募日において市内に住・在勤又は在学する20歳以上のかた

②スポーツに関心のあるかた

③平成23年8月から平成24

年1月ごろの間におおむね5回、原則として平日夜間に開催される会議に出席できるか

④応募日以前1年間において市の公募委員でなかったかた

▼任期 教育委員会への報告の終了まで

▼謝礼 会議1回につき3,500円

▼応募方法 指定用紙に必要事項を記入の上、生涯学習スポーツ課（市役所第二庁舎2階）へ直接持参又は郵送でご応募ください。また、電子メールでの応募は、指定用紙に

記載された必要事項を記入の上、送信をお願いします。

▼募集要項・指定用紙配付場所 市役所市政情報コーナー、緑が丘出張所、総合体育館、市民総合センター、公民館及び各地区会館。また、教育委員会ホームページ「体育・スポーツ」のページからダウンロードできます。

▼応募期間 6月1日（水）～17日（金）必着

▼提出先

○郵送 教育委員会生涯学習スポーツ課（市役所第二庁舎2階）（〒2008-1850）本町1-1-1

○電子メール (sports@city.musashimurayama.tokyo.jp)

問い合わせは、教育委員会生涯学習スポーツ課（☎市役所内線654）

お問い合わせは、教育委員会生涯学習スポーツ課（☎市役所内線654）

お問い合わせは、教育委員会生涯学習スポーツ課（☎市役所内線654）

お問い合わせは、教育委員会生涯学習スポーツ課（☎市役所内線654）

お問い合わせは、教育委員会生涯学習スポーツ課（☎市役所内線654）

お問い合わせは、教育委員会生涯学習スポーツ課（☎市役所内線654）

お問い合わせは、教育委員会生涯学習スポーツ課（☎市役所内線654）

お問い合わせは、教育委員会生涯学習スポーツ課（☎市役所内線654）

さくらホールの催し（市民会館）

～東日本大震災復興支援チャリティーコンサート～

「人と人との絆、音楽の力を信じて」

7月10日（日）大ホール 午後2時（1時30分開場）

全席自由 1,000円（観覧）

出演参加費 中学生・高校生 1,000円（小学生500円）

おとな 2,000円（吹奏楽3,000円）

6月1日（水）一斉発売！

第一部 吹奏楽演奏

第二部 ゲストコーナー 『JOLLY ROGERS』

第三部 合唱と吹奏楽

主催：東日本大震災復興支援チャリティーコンサート実行委員会

共催：武蔵村山市文化協会、武蔵村山市市民会館

企画・制作：武蔵村山市音楽連盟、ツールツリー（株）ケイミックス

後援：武蔵村山市、武蔵村山市教育委員会、武蔵村山市社会福祉協議会

3月11日の大震災から49日が過ぎました。帰らぬ人となった皆さんに中心から冥福を祈ると同時に、残された被災者の皆さんにお見舞い申し上げます。

普通の弔事ならば気持ちの一区切りとなる時期ですが、毎日のマスメディアが伝える情報は、未だに沢山の被災者が気持ちの切り替えに悩み、新しい生活への展望を如何に切り開こうかと苦闘している姿です。

村山の姉妹都市・栄村は雪解けと共に、雪の下から災害の凄まじい実態が明確になって、私達に何かを迫る思いに駆り立てます。

こうした状況を受けて、武蔵村山市文化協会及び武蔵村山市音楽連盟が首領をとり、「東日本大震災復興支援チャリティーコンサート実行委員会」を組織して、美しい音楽の集いを企画しました。今生きてる喜びを共にしながら、被災されたかたがたの生活再建に、細やかな働きかけをしたいと思います。

このコンサートは、入場料や参加費などから得た収入のすべてを復興のための義援金として、日本赤十字社に送らせていただきます。

平成23年5月吉日

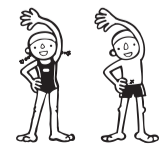
実行委員長 細井 五

6月の東京経済大学村山校舎の屋内プール市民開放日

平成23年度も東京経済大学村山校舎屋内プールを次のとおり開放します

▼開放日 5日・12日・19日・26日（日）

▼利用料（1時間につき） 小学生（小学1年生から中学3年生）50円・大人（高校生以上）200円、市内在住65歳以上50円（受付で保険証等で住所・年齢を確認します） ※大学の駐車場は一切利用できません。



BIG WING JAZZ ORCHESTRA Meets 北村英治 (Cl.)

9月4日（日）大ホール 午後3時（2時30分開場）

全席自由 前売 1,000円（当日1,500円）

6月18日（土）チケット発売！

演奏曲目（変更の場合があります）

レッツダンス、シング・シング・シング！他

2年連続のBIG WING JAZZ ORCHESTRA公演は、チケット完売。ビッグバンド最大の魅力は、やはりその迫力。実際に生の演奏を体験してみてください。19人のエネルギーが一つになった演奏と、世界的ジャズクラリネット奏者、北村英治とのコラボレーションは必見！

主催：FM NACK5、武蔵村山市市民会館 / 共催：武蔵村山市教育委員会 / 後援：JAZZ LIFE

YUZO × SHOKO FANTASY CONCERT 2011

今井ゆうぞう はいだしょうこ ファンタジー・コンサート

9月11日（日）大ホール

1回目 午後12時30分（正午開場）

2回目 午後3時（2時30分開場）

全席指定 S席 3,000円 A席 2,500円

6月11日（土）チケット発売！

※1歳以上有料（1歳未満無料）

NHK「おかあさんといっしょ」の10代目歌のおにいさん「今井ゆうぞう」と19代目歌のおねえさん「はいだしょうこ」の最強コンビで贈るファミリーコンサート！！ゆうぞうおにいさんと、しょうこおねえさんの、元気いっっぱいの歌とダンス、そしておしゃべりで会場が笑顔であふれることまちがいありません。お楽しみに！！

主催：FM NACK5、武蔵村山市市民会館 / 共催：武蔵村山市教育委員会 / 協力：NPO法人むさしむらやま子ども劇場

お入場券の ざくらホール事務室 ☎565-0226（午前9時から） / 情報館「えのき」（イオンモールむさし村山内） ☎505-8544（午前10時から） / 村山温泉かたくりの湯 ☎520-1026（午前10時から） / 石井米店 ☎561-3940 / Fマートいしはら ☎561-3961 / まるきや ☎560-1533 / 森田園 ☎562-1188 / 中野カメラ ☎563-4639 イープラス（http://eplus.jp/ PC・携帯共通）24時間受付 / 電子チケットびあ（ファンタジー・コンサートのみ取り扱い） ☎0570-02-9999（Pコード619-225）24時間受付 / ローソンチケット（ファンタジー・コンサートのみ取り扱い） ☎0570-084-003（Lコード76370）