

普通救命講習ⅠⅢ
上級救命講習

☎警防課 ☎(231)0355

◆普通救命講習Ⅰ
心肺蘇生法とAED(※)の使い方を学ぶ講習。講習時間は3時間。

◆普通救命講習Ⅲ
主に乳児・小児に対する心肺蘇生法とAED(※)の使い方を学ぶ講習。講習時間は3時間。

◆上級救命講習
普通救命講習Ⅰに筆記試験・実技試験を加えるほか、乳児・小児に対する心肺蘇生法、三角巾の使い方、骨折・やけどなどの処置方法と搬送方法を学ぶ講習。講習時間は8時間。

☎ⅠⅢ 11月10日(土)【上級】11月11日(日) ☎Ⅰ 9時～12時【Ⅲ】13時30分～16時30分【上級】9時～18時
場本署会議室 市内在住・在勤の中学生以上の方 各回先着25人 無料 ☎電話で24時間受け付け 修了者には修了証を交付します。詳細は警防課へお問い合わせください。なお、災害発生時などは中止・変更になる場合があります。
※…自動体外式除細動器



教育セミナー「不登校の子どもとの向き合い方～待ち方と促し方の実際～」

☎教育支援教室 ☎(232)1011

☎11月10日(土)10時～12時 場教育支援センターえびりーぶ 市内在住・在勤で子どもの教育に関心のある方 先着30人 無料 ☎10月22日(月)から、平日9時～17時に電話で教育支援教室へ

市立保育園 臨時保育士・非常勤保育士、非常勤調理員を募集

☎保育・幼稚園課 ☎(235)4824

保育士は要保育士資格。調理員は資格不問。勤務日数・時間は応相談。詳細は保育・幼稚園課へ

元気アップ食事教室
「バランスよく食べていきいき生活」

☎地域包括ケア推進課 ☎(235)4950

丈夫な骨を作る食品や、使い方を学びます。試食あり ☎11月27日(火)10時～12時 場食の創造館 市内在住の65歳以上の方 定20人 無料 ☎エプロン・三角巾・飲み物(水かお茶)・タオル・筆記用具 ☎電話で地域包括ケア推進課へ。11月15日(木)締め切り。初めての方優先、応募多数の場合は抽選

下水道排水設備工事責任技術者試験・更新講習会

☎下水道課 ☎(235)9618

申し込みは11月30日(金)までです。申込書は下水道課で配布。詳細は、県下水道協会ホームページをご覧ください。

【試験】☎平成31年2月7日(木)13時30分～15時30分 場川崎市教育文化会館(川崎市川崎区富士見2-1-3) ☎5,200円

【更新講習会】次の中から1日を選択
☎場①平成31年1月11日(金)・15日(火)・16日(水)カルツかわさき(川崎市川崎区富士見1-1-4) ②1月22日(火)・23日(水)サンピアンかわさき(川崎市川崎区富士見2-5-2) ☎13時30分～16時30分 ☎5,200円

ザマ・プロムナード・コンサート

☎座間市生涯学習課 ☎(252)8476

「海老名市・座間市・綾瀬市文化振興プロジェクト」の一環で行うコンサートです。神奈川フィルハーモニー管弦楽団がベートーヴェンやショパンの名曲をフルオーケストラで演奏します。3市内に在住・在勤・在学の方限定で鑑賞チケットの先行販売をします ☎平成31年2月11日(月)祝14時開演 場ハーモニーホール座間(座間市緑ヶ丘1-1-2) 先着1,300人 ☎神奈川フィルハーモニー管弦楽団(指揮/田中祐子、ピアノ/外山啓介)の演奏 ☎1,000円(指定席) ☎10月25日(木)～30日(火)の平日9時～17時15分に、直接座間市役所(座間市緑ヶ丘1-1-1)生涯学習課窓口へ ☎11月2日(金)～平成31年2月10日(日)はハーモニーホール座間窓口で通常販売します

お知らせ

騒音などへのご理解を
ヘリコプターによる救出訓練

☎消防署 ☎(231)1069

高層ビル火災や自然災害に備え、川崎市消防局航空隊と合同で訓練を実施します。騒音などへのご理解をお願いします ☎11月1日(木)9時30分～11時30分(荒天中止) 場南分署ヘリポート

相模川流域下水道処理場の
名称変更

☎県下水道課 ☎045(210)6446

親しみやすく、その役割が分かりやすいように、次のとおり名称を変更しました。

相模川流域下水道左岸処理場→柳島水再生センター、相模川流域下水道右岸処理場→四之宮水再生センター

流木チップを無料配布中

☎城山ダム管理事務所 ☎042(782)2831

ダムに流れ着いた流木などを細かく砕いた流木チップを無料で配布しています。ガーデニングや防草などに利用してください。11月1日(木)～7日(水)は、大量の流木チップを希望する方に機械で積み込み作業の補助をします。詳細は、城山ダム管理事務所へお問い合わせください。

募集

ビナスポ
お試し体験会

☎地域包括ケア推進課 ☎(235)4950

ストレッチとマシンが体験できます。動きやすい服装で参加してください ☎11月15日(木)13時30分～15時 場えびな市民活動センタービナスポ 市内在住の65歳以上の方 定10人 無料 ☎室内履き・筆記用具・タオル・飲み物 ☎電話で地域包括ケア推進課へ。11月5日(月)締め切り。応募多数の場合は抽選



会場周辺ののぼり旗が目印



☎サツマイモがなくなり次第終了。会場に駐車場はありません。徒歩または公共交通機関をご利用ください

☎大谷北4・2付近の畑(コミバス大谷・杉久保ルート)大谷公民館(下車、徒歩約3分) 荷車・手スコップなど

☎10月21日(日)9時から(小雨決行)

☎閩農政課 ☎(235)8539

青空市出店者会
サツマイモの掘り取り



「女性特有の体の悩みに」



海老名レディースクリニック 近藤芳仁

仕事や学校生活の中で月に1回起こる生理の症状に悩んでいませんか。生理中に現れる下腹部の強い痛みや腰痛などの不快な症状が「月経困難症」です。子宮筋腫や子宮内膜症といった婦人病が重なり、症状が増悪することがあります。また、月経前に起こるお腹や乳房の張り・痛み・イライラ感・抑うつなど不快な症状が「PMS(月経前緊張症)」です。これらの症状は低用量ピルという薬を内服することによって軽減できる場合もあります。また生理の時期を調整できるため、日常生活の予定も立てられ生活の質を向上させることもできます。

動など大事な時に、月経が重なってしまったり…とお悩みの女性も多いかと思えます。そういう時は薬の力を借りてみることも選択肢の一つです。薬の効用には、個人差がありますので、希望される方は、最寄りの婦人科系クリニックに相談をしてください。すべての女性が、心身ともに健やかな職場生活・学校生活を送れることを願っています。



「受験勉強や部活動・就職活

このコーナーは、海老名市医師会・歯科医師会が健康をテーマにした情報を提供します。次回は平成31年1月15日号に掲載予定です。