

健康文化都市大学

～身体がはずみ心がほほえむ健康文化講座～

市では、健康体操、食など幅広い面から健康について学ぶ「健康文化都市大学」の受講生を募集します。

これまでに、約800人が同大学を卒業し、地域で健康づくりに関する活動を行っています。この機会にご参加ください。また、同大学卒業生も聴講生として、個別の講座へ参加できます。

とき	講座名	内容
7月13日	愛と夢と勇気を育む健康なまちづくり	ヘルスプロモーションについて学ぶ
7月27日	座間市の健康なまちづくり	市の取り組みを学ぶ
8月3日・24日	そば打ち体験	そば打ち体験と試食
9月7日	WE LOVE ZAMA! 健康体操	市民の歌に合わせた健康体操など
9月14日	能について	能の所作、謡を学び、伝統文化に触れる
9月25日	高座クリーンセンター視察	ごみ焼却施設の視察
9月28日	ボクシングエクササイズ	音楽に合わせて体を動かす
10月5日	健康寿命を延ばすために	骨と筋肉の関係から健康寿命について学ぶ
10月19日	室内ベタンク	ベタンクの体験
10月26日	歩いてみよう郷土の歴史	市内の史跡を巡り、座間の歴史を学ぶ
11月2日	やさしく動いて、元気を引き出す気づきのレッスン	体の心地よい動きから、効率の良い動きを学ぶ
11月23日	歯と口腔の健康づくり	歯と口の健康について学ぶ
11月30日	笑いからの健康	笑い与健康について医師から落語で楽しく学ぶ
12月7日	防災・減災～災害に備えて～	災害に対する備えを学ぶ
12月14日	気功・指圧	呼吸法や指圧を学ぶ
12月21日・令和2年1月25日	救急救命講座	普通救命救急講習の受講
2月15日	卒業記念講座	全講座の振り返り

※9月25日(水)を除き、いずれも土曜日

○開講時間 午後1時30分から2時間程度

○ところ 市民健康センター他

○対象 10講座以上に出席できる18歳以上の市内在住・在勤者

○定員 40人(多数抽選)

○費用 3千円

○申込方法 6月14日(金)までに電話、ファクス、電子申請または直接担当へ

◆聴講

○対象 健康文化都市大学卒業生

○定員 各講座10人(多数抽選)

○費用 1講座300円

○申込方法 6月14日(金)までに電話、ファクス、電子申請または直接担当へ

担当 健康文化都市大学事務局(健康づくり課内)
☎046(252)7995 ☎046(255)3550

あくしゅフォーラム

笑って考えるワークライフバランス ～男性の家事が社会を救う～

東京大学大学院総合文化研究科教授の瀬地山角さんを講師に招き、男女共同参画に関する講演会を開催します(手話通訳・要約筆記あり)。

○とき 6月22日(土)午後1時45分～3時45分(午後1時15分開場)

○ところ ハーモニーホール座間 小ホール

○定員 300人(申込順)

○参加費 無料

○保育 一人100円(2歳児～未就学児)

※希望者は5月31日(金)までに電話、ファクスまたは直接担当へ

○申込方法 電話、ファクス、電子メールまたは直接担当へ
担当 広聴人権課 ☎046(252)8087 ☎046(252)0220
✉jinken@city.zama.kanagawa.jp

立正大学デリバリーカレッジ 国際社会と日本の対比講座

市では、立正大学の協力を得て、以下の講座を開催します。

○内容

1	日本社会の“劣化”という風潮を検討する	文学部准教授 浅岡隆裕さん
2	現在人からみるヨーロッパ中世修道院の生活 —ヨーロッパ史から見た組織の合理的運営の歩み—	経済学部准教授 平伊佐雄さん
3	アメリカ・オレゴン州ポートランドのまちづくり	経営学部教授 畢滔滔さん
4	天皇はemperorなのか? 歴史用語の英訳について考える	文学部特任講師 亀井ダイチ利永子さん

○とき 6月7日～28日毎週金曜日午後2時～3時30分(全4回)

○ところ ハーモニーホール座間 大会議室

○定員 60人(申込順)

○参加費 無料

○申込方法 5月31日(金)までに電話、ファクスまたは直接担当へ
担当 生涯学習課 ☎046(252)8472 ☎046(252)4311

リサイクル家具の展示・販売 ～6月分の購入申し込みを受け付け～

リサイクルプラザでは、資源の有効利用を目的として、粗大ごみとして出された家具などを修理して安価で販売しています(年6回偶数月に実施。多数抽選)。

○購入申込期間 5月25日(土)～6月7日(金)午前9時～午後5時(月曜日休館)

○抽選・販売日 6月8日(土)午前10時から

○ところ リサイクルプラザ(東原2-16-10)

○対象 営利を目的としない市内在住・在勤・在学者

○申込方法 申込者本人が直接同プラザへ(一人1点。電話、代理申込不可)

※購入した家具などは各自お持ち帰りいただきます。

担当 リサイクルプラザ ☎046(252)7963 ☎046(252)7964

ご利用ください 「証明書の発行は出張所へ」

市では、利便性向上のため出張所を設けており、以下の手続きが可能です。

○開所日・時間 月曜～金曜日(祝・休日、12月29日～1月3日を除く)
午前8時30分～午後5時15分

○出張所で取り扱うことのできる手続き

- 住民票の写しなどの交付
- 戸籍謄本・抄本、身分証明書などの交付
- 印鑑登録証明書の交付
- 年金などの現況届の証明
- 住居表示証明書などの交付
- 埋火葬許可証の発行
- 土地・家屋の評価・所在・課税証明書などの交付
- 課税・非課税証明書の交付
- 納税証明書の交付
- 市税・使用料・手数料などの収納(支払い)

※転入・転出届や出生届、婚姻届、印鑑登録、マイナンバーカード、通知カードなどの手続きはできません。

出張所(市内4カ所)

東出張所	ひばりが丘1-49-1 (ひばりが丘コミュニティセンター内)	☎046(259)1610
西出張所	入谷1-3097(市民館内)	☎046(259)1620
南出張所	東原4-13-13 (東原コミュニティセンター内)	☎046(259)1630
北出張所	相模が丘3-38-1 (相模が丘コミュニティセンター内)	☎046(259)1640

担当 戸籍住民課 ☎046(252)8083 ☎046(255)3550