

江戸文化体験事業×国際交流事業×はけの森美術館 —知る、やってみる 旧暦カフェ2

旧暦のお盆をテーマに、日本・海外のお盆の話や江戸の「紋切り」、自然素材を使ったワークショップを行い、旧暦の暮らしの体験をします。

時 8月21日(土)、22日(日) 午前10時～午後4時 所 はけの森美術館 調下中菜穂さん(造形作家) 対 市内在住・在勤・在学の小学生以上の方(小学生は保護者同伴)、外国籍の方 定 各日10人(多数抽選) 他 昼食・飲み物各自持参

申 8月14日(必着)までに、郵送、ファクス、Eメールまたは申込専用フォーム(https://forms.gle/KaUY8DeUsg7sHPVUA下記QRコード)で希望日、参加希望者全員の氏名(ふりがな)・年齢(学年)・電話番号を明記し、NPO法人アートフル・アクションへ 問 事業内容と応募=NPO法人アートフル・アクション(〒184-0004本町6-5-3シャトー小金井2F(☎FAX=050-3627-9531) mail@artfullaction.net)、江戸文化体験事業について=コミュニティ文化課文化推進係(☎042-387-9923)



第73回 市民体育祭

【サッカー大会】

時 8月22日～9月23日の日曜・祝日 午前8時30分～午後5時 所 上水公園運動施設グラウンドほか 競技種目 ①一般=市内在住・在勤・在学の16歳以上の男子チーム(1チーム20人以内) ②シニア=市内在住・在勤・在学の40歳以上の男子チーム(1チーム35人以内) 競技方法 ①リーグ戦および順位決定戦 ②ノックアウト方式・敗者復活戦併用 代表者会議 8月8日(祝) ①午後7時15分から ②午後6時30分から、いずれも総合体育館会議室で 定 各8チーム(多数抽選) 申 7月15日～8月1日(必着)に、Eメールで一般またはシニアの別・チーム名・代表者の住所・氏名・電話番号を明記し、市サッカー協会・加藤(☎090-8855-3381=午後6時～10時)koganei.shi.fa@gmail.com)へ

【少年少女サッカー大会】

時 8月29日～11月27日の土曜・日曜・祝日 午前8時30分～午後5時 所 上水公園運動施設グラウンドほか 対 市内在住・在学の小学生チーム 競技部門 小学校3～6年生の学年別の部 競技方法 リーグ戦・ノックアウト方式 監督会議 7月10日(土) 午後7時から、総合体育館会議室で 申 7月1日～9日に、電話で市サッカー協会小学部・松田(☎080-5540-5089)へ

【バレーボール大会】

時 小・中学生の部=8月29日(日)▷家庭婦人の部=9月26日(日)いずれも午前9時から 所 総合体育館 対 市内在住・在勤・在学の方 主将会議 7月11日(日) 午後4時から、総合体育館で 申 7月3日～10日に、電話で市バレー

ーボール連盟・小尾(☎090-6956-6329)へ

【水泳大会】

時 9月5日(日) 午前9時～午後7時 所 総合体育館プール 対 小学生=12種目▷中・高校生、一般=56種目 対 市内在住・在勤・在学の小学校4年生以上の方、市内スポーツ団体登録者 申 7月20日(必着)までに、郵送またはEメールで住所・氏名・年齢・電話番号・性別・所属(学校名・学年等)・出場競技種目を明記し、体育協会「水泳大会係」(〒184-0001関野町1-13-1) eikom@jcom.home.ne.jp)へ 問 市水泳協会・宮崎(☎090-6511-0199)

【剣道大会】

時 9月19日(日) 午前9時～午後5時 所 第一中学校体育館 対 各学年別個人戦、団体戦 対 市内在住・在学の小・中学生 競技方法 トーナメント方式 申 7月1日～15日(必着)に、所定の用紙(総合体育館で配布または市剣道連盟から取り寄せ)に必要事項を明記し、郵送で同連盟・古池(〒184-0014貫井南町4-1-17)へ 問 同連盟・大久保(☎070-5467-2381)

【陸上競技大会】

時 11月3日(祝) 午後0時25分から 所 東京学芸大学陸上競技場 対 市内在住・在勤・在学の小学校4年生以上の方および協会加盟クラブ登録者 競技種目 ▷小学校4～6年生の部=いずれも100m、4×100mリレー▷中学校1年生・共通(2・3年生)の部=いずれも100m、400m、4×100mリレー、走り幅跳び、砲丸投げ▷高校生・大学生・一般の部=いずれも100m、400m、4×100mリレー、走り幅跳び、砲丸投げ※1人2種目まで(リレーを除く) 他 ▷小学生のスパイクは禁止▷ナンバーカードは、当日配布 申 9月30日までに、市陸上競技協会ホームページ(https://koganeishi-rikujo.www2.jp/)の申し込みフォームで 問 同協会・高岡(☎080-5053-4687)

熱中症にご注意を

問健康課健康係(☎042-321-1240)

暑さを避ける

【室内では】

- ▷扇風機やエアコンで温度を調節
- ▷遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- ▷室温をこまめに確認
- ▷WBGT値(気温、湿度、輻射熱から算出される暑さの指数)も参考に。運動や作業の度合いに応じた基準値等が、環境省熱中症予防情報サイト(https://www.wbgt.env.go.jp/)に掲載されています

ています

【屋外では】

- ▷日傘や帽子の着用
- ▷日陰の利用、こまめな休憩
- ▷天気の良い日は、日中の外出をできるだけ控える
- 【からだの蓄熱を避けるために】
- ▷通気性がよく、吸水性・速乾性のある衣服を着用する

▷保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、体を冷やす

こまめに水分を補給する

室内でも、屋外でも、のどの渴きを感じなくても、こまめに水分・塩分、スポーツドリンクなどを補給する

注意

高齢者や子ども、障害者・障害児は、特に注意が必要です

東京都・子供の健康相談室 受付時間▷平日=午後6時～翌朝8時▷休日(土曜・日曜・祝日)=午前8時～翌朝8時 ☎#8000=プッシュ回線の固定電話、携帯電話 ☎03-5285-8898	24時間テレホンサービス ▷東京消防庁救急相談センター ☎#7119=プッシュ回線の固定電話、携帯電話 ☎042-521-2323	▷東京都保健医療情報センター・医療機関案内ひまわり ☎03-5272-0303 聴覚障害者向け専用 FAX03-5285-8080	小児救急(365日24時間) ▷武蔵野赤十字病院 武蔵野市境南町1-26-1 ☎0422-32-3111
---	---	---	--

<h3>休日診療</h3> <p>受付時間：午前9時～正午、午後1時～5時 準夜→午後5時30分～9時</p> <p>●印は病医院所在地 ○内は診療科目</p> <p>※ 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、診療科目にかかわらず、必ず電話で確認のうえ、受診してください</p> <p>この休日診療は、小金井市医師会、小金井市歯科医師会、小金井市薬剤師会の協力で行っています。</p> <p>《準夜》診療は、午後6時から</p>						<h3>休日歯科診療</h3> <p>診療時間：午前9時～正午、午後1時～5時</p> <p>※ 応急処置に限ります。</p>	<h3>薬局</h3> <p>午前9時～正午 午後1時～5時</p> <p>薬を処方された場合は、各医療機関受付にお問い合わせください。</p>
7月4日(日) 丸茂医院 北大通り 武蔵小金井駅 本町2-12-1 ☎042-383-2232	新がねい呼吸器内科 東町4-8-13 登川ビル1階 ☎042-380-9080	東小金井クリニック 梶野町2-1-2 アーバンステージ武蔵野ビル4F ☎0422-56-8630	千賀皮膚科クリニック 本町1-18-10 小金井本町ビル4階 ☎042-380-5611	久我治クリニック 本町5-9-5 ☎042-384-3461	山田医院 歯科 本町1-2-20 BLD.55 1階 ☎042-381-2231		
7月11日(日) くらた内科クリニック 中丸 本町住宅 公務員住宅 北大通り 歩道橋 ドラッグストア 貫井北町3-27-7 ☎042-386-7288	かわへ内科クリニック 緑町2-2-1 エスポワール小金井1-東号室 ☎042-401-1860	武蔵小金井駅前ごもちクリニック 本町1-18-3 ユニール武蔵小金井 スイート203C ☎042-387-5533	東小金井駅前眼科 梶野町5-11-5 パビスプラザ201 ☎042-316-1661	循環器内科クリニックらおか 貫井北町1-24-15 武蔵小金井駅 北口 ☎042-316-1735	けやき通り 歯科 本町5-16-15 第一薬コボラス102 ☎042-381-2667		
ひばり薬局(小金井店) (本町2-11-10)セルール1F ☎042-316-5579 あゆみ薬局 (梶野町2-1-2) ☎0422-56-8003 薬局日本メディカル (本町1-18-3) ☎042-316-5407 ココカラファイン薬局小金井店 (本町1-8-14) ☎042-386-2580							