

小さな子どものためのおさんぽ会

夏の日差しがまぶしい季節。平井川沿いをゆっくり歩き、水に入って遊びます。流れの冷たさ、川底の感触、生きものとの出会い。小さな子どもの目線で、川の自然を楽しみます。



- 日時 7月17日(月) 午前10時～11時30分
- 集合場所 草花公園クラブハウス (草花3275-2)
- 対象 市内在住の子どもとその保護者 (未就学児向けの内容です。川遊びのため、子ども1人につき保護者1人以上)
- 定員 10組 (申込み順)
- 持ち物など 飲み物、おやつ、雨具、タオル、帽子、汚れても良い服と靴 (虫さされなどの防止のため長袖・長ズボン、サンダル不可)、帰りの服と靴 (保護者の方も必要)
- ※服を着たまま靴で川に入ります。
- 費用 1人50円 (保険代含む)
- その他 終了後、草花公園の木陰で昼食会をします。おさんぽ会の感想や子どもの様子など、参加者の皆さんでおしゃべりしませんか (参加できる方は弁当をお持ちください)。
- ※雨天や増水の場合は、場所を変更して開催します。
- ※詳しくは、市ホームページをご覧ください (ホームページのサイト内検索で「おさんぽ」と入力)。
- 企画運営 あきる野市環境委員会森のようちえん部会
- 申込み方法 7月12日(水)までに電話で申し込んでください。
- 申込み・問合せ 環境政策課環境政策係 (☎595-1110)

はじまり元気アップ教室 参加者募集!



住み慣れた地域でいつまでも元気で過ごせるよう、日常生活に役立つ講話や自宅で取り組める体操を取り入れた教室を開催します。

- ▽内容 体力測定、筋力アップ体操、栄養や口腔ケアに関する講話など
- ▽講師 健康運動指導士、歯科衛生士、管理栄養士
- ▽対象 市内在住の65歳以上の方
- ▽定員 16人程度 (申込み順)
- ▽持ち物など 飲み物、タオル、筆記用具、動きやすい服装・靴
- ▽費用 無料
- ▽その他 最寄りのバス停などから送迎有 (希望者)
- ▽申込み方法 7月3日(月)から14日(金)までに、電話で申し込んでください。
- ▽申込み・問合せ 高齢者支援課高齢者支援係 (直通558-1953)
- 市営雨間ハイツの生活協力員 住居へ居住し、入居者の安否確認
- 市営雨間ハイツの生活協力員 生活協力員の募集
- ▽業務開始日 10月上旬 (予定)
- ▽応募方法 7月21日(金)までに、



業情報研修室
認、病気などに対する応急処置や関係機関への連絡などを行っていただける方を募集します。

- 市内に1年以上居住する夫婦のみの世帯で、高齢者の福祉に理解と熱意のある心身ともに健康な方
- 年齢が40歳から60歳までの方
- 雨間ハイツに居住できる方
- ※応募要領は、市ホームページをご確認ください。

介護教室 (講演会) 「熱中症予防のための 栄養管理について」



高齢者支援課の窓口に配置している申込用紙に必要事項を記入の上、直接窓口で申し込んでください。

- 講師：高島晟さん
- 定員：6人 (申込み順)
- 費用：1回500円
- 開戸センター (☎550・2755)
- ▽小さな帽子の壁掛け 夏の模様替えに涼しげな壁掛けを作ります。
- 日時：7月19日(水) 午後1時30分～3時
- 講師：大津節子さん
- 定員：10人 (申込み順)
- 費用：1500円 (材料費込み)
- ▽初心者向け将棋教室 認知症予防の頭のトレーニングとして将棋を始めませんか。基礎から丁寧に指導します。
- 日時：7月12月の毎月第1、第3、第5日曜日 (祝日を除く) 午前10時～正午

高齢者げんき応援事業

- 講師：高島晟さん
- 定員：6人 (申込み順)
- 費用：1回500円
- 萩野センター (☎550・2722)
- ▽脳を鍛える折り紙教室 初心者向けのやさしい教室です。基本の折り方から始めます。
- 日時：7月12月の毎月第1、第3水曜日 午前10時30分～正午
- 講師：北島初音さん
- 定員：10人 (申込み順)
- 費用：1回700円 (材料費別)
- ▽たいて染めてエコバッグ 新緑の葉っぱでたたき染めをし、エコバッグを作ります。
- 日時：7月20日・27日の木曜日 午後1時30分～3時
- 講師：辻かおりさん
- 定員：10人
- 持ち物：お問い合わせください
- 費用：1500円 (初回一括)

五田市センター (☎553・0330)

- 払い、材料費別)
- ▽健康で明るく楽しく覚えられ詩吟教室 やさしいボイストレーニングと健康発声で短歌、俳句、現代詩詞などを楽しく学びます。
- 日時：7月12日・26日、8月2日・16日の水曜日 午後1時30分～3時
- 講師：古城精宝さん (岳精流師範)
- 定員：10人 (申込み順)
- 持ち物：筆記用具
- 費用：1回500円
- ▽ジェルキャンドルづくり ジェルの中に貝殻や魚のオーナメントを閉じ込めて、涼しげなキャンドルを作ります。
- 日時：7月27日(木) 午前10時30分～正午
- 講師：辻かおりさん
- 定員：10人 (申込み順)
- 費用：800円 (材料費別)

高齢者のための法律相談会 (予約制)

財産や遺言のことなど、専門家に相談できます。ご家族からの相談も受け付けます。

- ▽日時 7月28日(金) 午後2時～4時 (1人40分)
- ▽申込み・問合せ 高齢者はつらつセンター (☎550・6101)

高齢者虐待の相談窓口

高齢者虐待は、介護する家族が心身ともに疲れきって、追い詰められて起こす場合があります。虐待に気づいたときには、

- 速やかに通報してください。通報者の秘密は守られます。高齢者虐待を未然に防ぎ、助け合える地域をつくりていきましょう。
- ▽相談窓口 高齢者支援課高齢者支援係、高齢者はつらつセンター (☎550・6101 (秋川地区)・☎569・8108 (五日市地区))

介護職員初任者研修 参加者募集

旧ホームヘルパー2級資格と同じく、介護を学ぶ方の入門研修です。合計130時間の研修で、介護でのコミュニケーション技術、生活支援技術などの講義と演習をします。

- ▽日時 8月から12月までの土曜・日曜日、祝日 午前9時～午後5時
- ※詳しくは、お問い合わせください。
- ▽場所 五田市センター
- ▽講師 介護福祉士など
- ▽対象 介護業務を希望する方、介護に関心があり、知識・技術などを身に付けたい方
- ▽定員 40人
- ▽費用 7万9980円 (テキスト代含む)
- ▽その他 条件により資格取得受講料が無料になる場合がありますので、東京都福祉人材センターのホームページをご確認ください。
- ▽申込み・問合せ 五田市センター (☎533・0330)、医療法人財団 暁 あきる野病院 (☎550・6102)