

高齢者げんき 応援事業

▽申込み受付時間 平日午前9時～午後5時

▽対象 市内在住の65歳以上の方

萩野センター

(05500・2722)

▽押し絵羽子板作り お正月に向けて羽子板を作りましょう。

●日時：11月10日・24日、12月8日の水曜日 午後1時～3時(全3回)

●講師：萩野センター職員

●定員：3人(申込み順)

●持ち物：裁縫道具

●費用：初回一括1500円(材料費込み)

開戸センター

(05500・2755)

▽アクリル画教室 アクリル絵の具を使って絵を描きましょ

ふるさと農援隊 会員募集



農作物の収穫や健康に関する講習会に参加される方に農地をお貸しします。農業未経験の方は、指導員が手伝います。

▽貸付期間 令和4年4月1日から令和6年3月31日までの2年間

▽場所・対象地区

● 湖上地区(一の谷小学校東側)：45区画、1区画あたり30平方メートル程度

●日時：毎月第2・第4金曜日 午後1時30分～3時(祝日を除く)

●講師：中村清作さん

●定員：5人(申込み順)

●費用：1回千円

五日市センター

(05033・0330)

▽四季折々の折り紙教室 1枚の折り紙で四季折々のものを作ります。指先を使う事で脳の活性化にもつながります。

●日時：毎月第1・第3木曜日 午後1時～3時(祝日除く)

●講師：北島初音さん

●定員：5人(申込み順)

●費用：1回500円(材料費別)



●引田地区(楓ヶ原会館東側)：8区画、1区画あたり30平方メートル程度

●五日市地区(小庄下田)：18区画、1区画あたり75平方メートル程度

▽対象 市内在住で65歳以上の方(農業者を除く)

▽費用 無料

▽申込み方法 11月19日(金)までに高齢者支援課か五日市出張所に配置してあ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。

※申込者多数の場合は、抽選となります。

▽申込み・問合せ 高齢者支援課 高齢者支援係(直通558・1953)

▽不織布マスクにつけるカバー 不織布マスクのゴムを通すだけで作れます。

●日時：11月17日(水) 午後1時30分～3時30分

●講師：センター職員

●定員：10人(申込み順)

●費用：千円(材料費込み)



介護教室 「食で一緒にフレイル予防ふくらばぎ細くなつていけませんか それフレイルかも」



最近話題のフレイルを紹介し、フレイルを予防する食事について学びます。

▽日時 11月24日(水) 午後1時30分～3時

▽場所 あきる野ルピア3階産業情報研修室

▽講師 管理栄養士

▽対象 市内在住・在勤の方

▽定員 15人(申込み順)

▽その他 当日の検温、マスクの着用をお願いします。体調が優れない方は、ご遠慮ください。

▽申込み方法 11月2日(火)午前9時から電話で申し込んでください。

▽申込み・問合せ 東部高齢者はつらつセンター(0559・1320)

▽担当課 高齢者支援課高齢者支援係

「認知症サポーター養成講座」認知症サポーターステップアップ講座」を開催します

認知症サポーター養成講座

認知症の症状、支援方法など認知症について正しく知り、適切に対応できる力を身につけるための講座です。受講者には、サポーターの証・オレンジリングをお渡しします。

▽日時 11月20日(土) 午後2時～3時30分

▽対象 市内在住・在勤の方

認知症サポーター養成講座を受講した方を対象に、認知症の方とのコミュニケーションを中心とした学びます。

▽日時 11月24日(水) 午後1時30分～3時

▽場所 あきる野ルピア3階産業情報研修室

▽講師 管理栄養士

▽対象 市内在住・在勤の方

▽定員 15人(申込み順)

▽その他 当日の検温、マスクの着用をお願いします。体調が優れない方は、ご遠慮ください。

▽申込み方法 11月2日(火)午前9時から電話で申し込んでください。

▽申込み・問合せ 東部高齢者はつらつセンター(0559・1320)

▽担当課 高齢者支援課高齢者支援係

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。家族からの相談も受け付けます。

▽日時 11月26日(金) 午後2時～4時(1組40分)

▽場所 市役所1階市民相談室

▽対象 市内在住のおおむね65歳以上の方とその家族

▽定員 3人(申込み順)

▽費用 無料

▽その他 当日は検温、マスクの着用をお願いします。体調が優れない方は、ご遠慮ください。

▽申込み方法 11月2日(火)午前9時から電話で申し込んでください。

▽申込み・問合せ 中部高齢者はつらつセンター(0559・6101)

心に学び、認知症の理解と対応方法の学びを深め、地域で活躍できることを目指します。希望する方は後日、デイサービスなどで施設体験を行うこともできます。

▽日時 12月4日(土) 午後1時30分～4時

▽対象 認知症サポーター養成講座を受講した方(認知症サポーター養成講座と同時申込み可)

▽場所 あきる野ルピア3階産業情報研修室

▽講師 講師養成研修を受講した方

▽定員 各15人(申込み順)

▽申込み方法 11月2日(火) 8時30分から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)

認知症予防教室 「頭シャキッと教室」参加者募集

認知症予防に必要な脳トレや体操を楽しくマスターしましょう。頭と体を同時に使うことで、「脳」は元気にシャキッとします。

▽日時 12月3日から令和4年3月4日までの毎週金曜日

午後2時～4時(全12回)

※12月31日、2月11日はお休みです。

▽場所 五日市ファインプラザ 第1・第2研修室

▽内容 脳トレ、体操、健康ミニセミナー、ウォーキング、体力測定

▽講師 健康運動指導士または介護予防運動指導員

▽対象 市内在住で65歳以上の方

▽定員 15人(申込み順、初めの方優先)

▽持ち物など 飲み物、タオル、筆記用具、動きやすい服装、室内履き

▽費用 無料

▽申込み方法 11月12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)

資源とごみの出し方カレンダーへの広告を募集します(令和4年4月発行予定)

この冊子は、資源とごみの出し方の説明と令和4年4月から令和6年3月までのごみ収集カレンダー(2か月1ページ)を掲載し、全世帯に配布します。

▽広告の規格(1ページに2枚掲載) イメージ図のとおり

▽広告料(1枚)

●1号広告：3万2千円

●2号広告：2万円

※掲載枚数に応じて最大25割の割引制度があります。詳しくは、お問い合わせください。

▽募集枠数

●1号広告：24枠

●2号広告：6枠

▽申請用紙配布場所 生活環境課

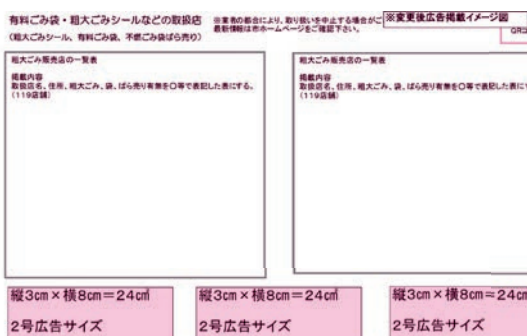
※申請用紙は、市ホームページからもダウンロードできます。

▽申込み方法 11月15日(月)までに、申請用紙に必要事項を記入の上、広告原稿を添えて申し込んでください(申込み順)。

▽申込み・問合せ 生活環境課 清掃・リサイクル係



掲載イメージ図(2号広告)



▽日時 12月3日から令和4年3月4日までの毎週金曜日

午後2時～4時(全12回)

※12月31日、2月11日はお休みです。

▽場所 五日市ファインプラザ 第1・第2研修室

▽内容 脳トレ、体操、健康ミニセミナー、ウォーキング、体力測定

▽講師 健康運動指導士または介護予防運動指導員

▽対象 市内在住で65歳以上の方

▽定員 15人(申込み順、初めの方優先)

▽持ち物など 飲み物、タオル、筆記用具、動きやすい服装、室内履き

▽費用 無料

▽申込み方法 11月12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)

納税などには便利な口座振替をご利用ください