

高齢者げんき応援事業

▽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

▽担当課 高齢者支援課高齢者支援係

開庁センター

(0550・2755)

萩野センター

(0550・2722)

五日市センター

(0533・0330)

▽「脳トレ教室」見学体験会

音読や簡単な計算などの脳トレ教材を使って脳の活性化と若返りを図る「脳トレ教室」を体験しましょう。

●日時

*9月6日(水)：五日市センター

*9月13日(水)：開庁センター

*9月14日(木)：萩野センター

●時間：午前10時〜11時30分

●講師：センター職員

●定員：各センター10人

●持ち物：筆記用具

●費用：無料

開庁センター

(0550・2755)

▽書道教室 楽しみながら筆で書いてみましょう。

●日時：毎月第2・第4月曜日

午後1時30分〜3時

●講師：坂井弘さん

●定員：5人(申込み順)

●費用：1回千円

萩野センター

(0550・2722)

▽健康麻雀 仲間作りと認知症予防に健康麻雀を楽しみましょう。

●日時：毎週水曜日(祝日を除く)

午前10時〜正午、第2・第4金曜日(祝日を除く)

午後1時30分〜3時30分

●講師：ボランティア講師

●定員：10人(申込み順)

●費用：1回500円

五日市センター

(0533・0330)

▽手芸教室 「みのむし」 秋の飾り、布でこよりを作り仕上げます。

●日時：9月15日(金)

午後1時30分〜3時30分

●講師：五日市センター職員

●定員：10人(申込み順)

●持ち物：裁縫道具

●費用：1回千円(材料費込み)



高齢者のための法律相談会(予約制)

財産や遺産のことなど、弁護士に相談できます。家族からの相談も受け付けます。

▽日時 9月22日(金) 午後2時〜4時(1組40分)

▽場所 五日市地域交流センター第3会議室

▽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組(申込み順)

▽費用 無料

▽申込み方法 9月4日(月)から電話で申し込んでください。

※相談は、市民相談でも受け付けています(日程は毎月15日発行の広報あきる野に掲載)。

▽申込み・問合せ 五日市はつらつセンター(0569・8108)

▽担当課 高齢者支援課高齢者支援係

介護予防教室

「はつらつ元気アップ教室」

参加者募集

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を行います。

▽日時 10月3日から12月12日までの毎週火曜日 午前10時〜11時30分(全9回)

※10月10日・24日はお休みです。

▽場所 秋川ふれあいセンター

▽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 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

▽費用 無料

▽その他 自宅が最寄りのバス停などから会場まで送迎を行います。希望の方は申込み時に申し込んでください(定員8人)。

▽申込み方法 9月4日(月)から13日(水)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)

介護教室 「聴こえについて」補聴器の選び方

福祉用具事業者をお招きし、年齢による聞こえ方の変化や、自分にあつた補聴器選びのポイントを伺います。

▽日時 9月23日(土) 午前10時〜11時30分

▽場所 あきる野ルピア3階産業情報研修室

▽講師 福祉用具事業者

▽対象 市内在住・在勤の方

▽定員 20人(申込み順)

▽申込み方法 9月4日(月)から電話で申し込んでください。

▽申込み・問合せ 五日市はつらつセンター(0569・8108)

▽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と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：10月3日(火) 午前10時〜午前11時30分

●対象：市内在住・在勤の方

▽認知症サポーターステップアップ講座 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：10月12日(木) 午後1時30分〜午後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し込み可)

▽場所 五日市地域交流センター第4・5・6会議室

▽講師 講師養成研修の修了者

▽定員 15人(申込み順)

▽申込み方法 9月4日(月)の午前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 10月3日から12月19日までの毎週火曜日 午後2時

▽申込み・問合せ 高齢者支援課高齢者支援係(直通558・1953)

▽費用 無料

▽申込み方法 9月4日(月)から13日(水)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)

▽場所 あきる野ルピア3階産業情報研修室

▽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 市内在住の65歳以上の方

▽定員 15人(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

▽費用 無料

▽申込み方法 9月4日(月)から13日(水)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)

介護に関する入門的研修(ヘルパー研修)受講者募集

介護分野での就職を希望する方に向けて、介護の業務に携わる上で知っておくべき基本的な知識・技術を学ぶ研修を実施します。

本研修を修了された方は、「ヘルパー」として市内訪問介護事業所で働く資格を得ることができ、都などが行う研修を受講する際に、研修時間の一部が免除される場合があります。

研修最終日には、市内介護サービス事業所が参加する「就業説明会」を行います。

▽日時 10月14日・21日・28日の土曜日(3日間) 午前9時30分〜午後5時30分(28日は午後6時30分まで)

▽場所 あきる野ルピア学習室



▽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

▽費用 無料

▽申込み方法 9月4日(月)から13日(水)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)

▽内容 介護の基本、介護・福祉サービスの理解、認知症の理解などに関する講義、キャリア形成に関する講義など

▽対象 市内の介護事業所や施設で、介護分野の就労を希望する方で、3日間全ての研修を受講可能な方

▽定員 10人(抽選)

▽持ち物 筆記用具

▽費用 無料

▽申込み方法 9月29日(金)までに高齢者支援課か五日市出張所などの窓口配置している申込み用紙に必要事項を記入の上、郵送か窓口で申し込んでください。

※申込用紙は、市ホームページからダウンロードできます。

※電子申請からも申し込みできます。

▽問合せ 高齢者支援課介護係

「広報あきる野」はスマートフォンなどでもご覧いただけます。

電子版 (PDF版)		アプリ版
市ホームページ	電子書籍ポータルサイト「TAMA ebooks」	行政情報アプリ「マチイロ」

電子申請

