

介護教室「意思決定支援について」ご本人の望む人生を守るために」

病気や障害による判断能力の低下があっても、本人の意思を尊重することの大切さについて学びます。

▽日時 2月26日(木) 午後1時30分～3時

▽場所 トラストルピア3階産業情報研修室

▽講師 司法書士

▽対象 市内在住・在勤の方

▽定員 30人(申込み順)

▽持ち物 筆記用具

▽申込み方法 2月2日(月)の午前9時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 ☎588・4400

▽担当課 高齢者支援課高齢者支援係

介護予防講座 高齢者の口腔機能と誤嚥性肺炎の予防

日本人の死亡原因第3位は肺炎です。高齢者の肺炎の大多数を占める誤嚥性肺炎の予防法などを学びます。

▽日時 3月11日(水) 午後2時～3時30分

▽場所 市役所5階503会議室

▽講師 澤田章司さん（澤田歯科医院）

▽対象 市内在住・在勤の方

▽定員 30人程度(申込み順)

▽持ち物 筆記用具

▽申込み方法 2月2日(月)から電子申請か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（るのヘルパー研修）受講者募集

介護の業務に携わる上で知っておくべき基本的な知識・技術を学ぶ研修です。本研修を修了された方は、「るのヘルパー」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、などが行う研修受講の際、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「就労相談会」を行います。

▽期間 3月9日(月)～11日(水)

午前9時30分～午後5時30分（11日は午後6時30分まで）（全3回）

▽場所 市役所4階401会議室

▽内容 介護の基本、介護・福祉サービスの理解、認知症の理解に関する講義など

▽対象 市内の介護事業所や施設で就労を希望する方で、3日間全ての受講可能な方

▽定員 10人（抽選）

▽持ち物 筆記用具

▽費用 無料

▽申込み方法 2月20日(金)までに、高齢者支援課か五日市出張所などに配置している申込み用紙に必要事項を記入の上、郵送、窓口、電子申請のいずれかの方法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。

▽問合せ 高齢者支援課介護保険係

電子申請



認知症カフェ・エールに参加しませんか

ミニ講話や情報コーナー、専門職との個別相談等、どなたでも参加できます。

▽日時 毎月第2土曜日 午前10時30分～正午

▽場所 中央公民館

※変更する場合があります。詳しくは、お問い合わせください。

▽対象 認知症の方、ご家族、認知症について知りたい方

▽費用 1回100円

▽申込み・問合せ 認知症カフェ・エール実行委員会 菊地

☎090・3570・6179、yellidfc@gmail.com

▽担当課 高齢者支援課高齢者支援係

認知症家族の会に参加しませんか

認知症の方の介護者や本人が集まり、日頃感じている悩みや思いを自由に語り合います。

▽日時 毎月第1・第3金曜日 午後1時30分～3時

▽場所 トラストルピア4階会議室

※直接会場へお越しください。

▽対象 認知症の方、ご家族など、どなたでも

▽費用 月200円

▽問合せ 認知症家族の会 馬場 ☎090・7189・4086、高齢者支援課高齢者支援係（直通558・1953）

視覚障がい者向けスマートフォン体験会

基本操作や視覚障がい者向けアプリの紹介など音声による操作でご案内します。

▽日時・場所

●2月24日(火)・26日(木)、3月3日(火)：トラストルピア4階学習室

●3月5日(木)・10日(火)・12日(木)（全6回）：五日市地域交流センター12階第2研修室

▽対象 市内在住で、スマートフォンをお持ちでないか使い慣れていない視覚障害のある方、その介助者（障がい者手帳の有無不問）

▽定員 4人（抽選）

▽持ち物 スマートフォン

※操作はiPhoneを用いて行います。お持ちでない方にはデ

あなたのための健診結果活用術

健診結果を活用し、生活習慣の改善に取り組みます。

▽日時 3月7日(土) 午前10時～正午（予定）

▽場所 トラストルピア4階展示室

▽内容 専門職による講話や相談、体組成測定など

▽対象 市内在住・在勤の方で、健診などを受診し生活習慣の改善を希望の方

モ機を貸し出します。

▽費用 無料

▽申込み方法

●全6回の一括申込みと各回ごとの回数別申込みがあります（一括申込の方を優先）。

●2月12日(木)の午後5時までに、電話かファクスで申し込んでください。

※ファクスは、教室名、住所、氏名、年齢、電話番号を記入

▽申込み・問合せ 東京都アクセシビリティ向上支援事務局 ☎03・6386・5470、☎03・5249・3558

▽担当課 障がい者支援課障がい者相談係

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 市内在中の65歳以上の方

▽担当課 高齢者支援課高齢者支援係

開戸センター ☎550・2755

萩野センター ☎550・2722

健康麻雀

▽日時(祝日を除く)

●開戸センター：毎週火曜日 午後1時～3時

●萩野センター：毎週水曜日 午後1時～3時

●講師：センター職員（麻雀ボランティア）

●定員：各8人（申込み順）

●費用：1回500円

萩野センター ☎550・2722

▽女性の楽しく上達カラオケ教室

●日時：毎月第4金曜日（祝日を除く）

●講師：芝田郁子さん

●定員：若干名（申込み順）

●費用：1回1000円

五日市センター ☎533・0330

▽ペン習字教室

●日時：毎月第2・4水曜日（祝日を除く） 午前10時30分～11時30分

●講師：南原恵舟さん

●定員：5人（申込み順）

●費用：1回800円

▽和布で作るお花のブローチ

●日時：2月13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）

●費用：1回1200円

▽担当課 スポーツ推進課スポーツ推進係

吹矢初心者講習会

実際に矢を吹いて的に当ててみます。

▽日時 2月15日(日)・22日(日) 午前9時～10時30分

※日程は相談に応じます。

▽場所 秋川体育館剣道場

▽定員 5人（申込み順）

▽対象 高校生以上

▽費用 無料

▽持ち物 体育館用上履き

▽申込み・問合せ あきる野市スポーツ協会吹矢協会 矢崎

☎559・3890、☎090・7422・5387

2月の休日初期救急医療機関（入院を必要としない程度の急患の方）※往診はしません					
	休日診療医療機関			歯科診療医療機関	
	受付	9:00～11:45	13:00～16:45	受付	9:00～12:00 13:00～17:00
	診療	9:00～12:00	13:00～17:00	診療	9:00～12:00 13:00～17:00
1日(日)	葉山医院 引田552 ☎558-0543			今里歯科医院 福生市本町78 ☎551-0440	
8日(日)	星野小児科内科クリニック 小川東1-19-20 1F ☎559-7332			梅田歯科医院 福生市福生1046 岸ビル102 ☎553-5161	
11日(水)	米山医院 二宮1133 ☎558-9131			ふみ歯科診療所 福生市福生798-2 第7森田ビル1F ☎551-7288	
15日(日)	あきるの内科クリニック 二宮1011 ☎558-5850			江藤歯科医院 福生市熊川621 ☎552-9750	
22日(日)	いなメディカルクリニック 伊奈477-1 ☎596-0881			片岡歯科医院 福生市本町44 ☎551-0353	
23日(月)	佐藤内科循環器科クリニック 秋川2-5-1 ☎550-7831			河野歯科医院 福生市南田園3-2-38 ☎553-2829	
※診療時間は変更になる場合があります。受診の際は、事前に診療科目を確認してください。上記の医療機関の他に、休日・夜間に通常診療を行っている医療機関があります。「あきる野市内医療機関一覧」、市ホームページ、医療情報ネット（ナビイ）、東京消防庁救急相談センター（電話 #7119か☎042-521-2323）をご利用ください。					
※「あきる野市内医療機関一覧」は、診療科目・診療時間・休診日が分かります。9月15日号広報と、市ホームページに掲載しています。市役所、五日市出張所、増戸連絡所に置いています。					

納税などには便利な口座振替をご利用ください