

小金井 さくら体操

in 小金井公園

秋の青空のもと、ご当地介護予防体操「小金井さくら体操」を行います。当日は、桜町病院の理学療法士が運動のアドバイスやご相談に応じます。

時10月19日(木) 午前10時〜11時30分(雨天中止) 所江戸東京たてもの園前広場(都立小金井公園内) 持飲み物他動きやすい服装で、申当日直接会



場へ介護福祉課包括支援係(☎042-387-9845)、小金井きた地域包括支援センター(☎042-388-2440) 健康的に過ごすためのカラダいきいき体操

加齢とともに進むバランス能力や筋力の衰え防止に一緒に体操しましょう。

時10月6日 体操・英会話、13日 体操・ものづくり、20日 体操・メイク・ネイル、いずれも金曜日 午後1時〜3時 所東京工学院専門

「利用ぐざわい」障がい別相談・嘱託医相談

障害者地域自立生活支援センターでは、障がいのある方と家族の生活全般と医療の相談を行っています。

相談を希望する方は、電話でご予約のうえ、直接、同センターへお越しください。

相談種別	相談日程	相談種別	相談日程
機能訓練(療法士相談)	毎週月曜・木曜日随時(要予約)	精神障がい(こころの悩み相談)	10月31日、12月12日、平成30年1月30日、3月13日いずれも火曜日午後1時〜3時
知的障がい	11月14日、12月26日、平成30年2月13日いずれも火曜日午後1時〜3時	内部障がい	11月7日、12月19日、平成30年2月6日、3月20日いずれも火曜日午後1時〜3時
肢体不自由	10月10日、11月21日、平成30年1月9日、2月20日いずれも火曜日午後1時〜3時	内科医	毎月第1木曜日午後1時〜3時
視覚障がい	10月17日、11月28日、平成30年1月16日、2月27日いずれも火曜日午後1時〜3時	整形外科医	毎月第3木曜日午後1時〜3時
聴覚障がい	10月24日(火)、12月5日(火)、平成30年1月23日(火)、3月10日(土) 午後1時〜3時	精神科医	毎月第4木曜日午後1時30分〜3時30分

申請は、随時受け付けています。対象の方で、助成を受けていない方は申請してください。

申請は、随時受け付けています。対象の方で、助成を受けていない方は申請してください。

福祉タクシー助成

障がいのある方が通院等生活のために利用したタクシーの一部を助成しています。

対在宅で市内に住所があり、次のいずれかに該当する方▽体幹機能および下肢障がいの程度が3級以上▽視覚障がいの程度が2級以上および内部障がいの程度が1級▽愛の手帳の障がいの程度が2度以上▽精神障害者保健福祉手帳の障がいの程度が2級以上※精神障がいの方は、認定審査が必要です

申請は、随時受け付けています。対象の方で、助成を受けていない方は申請してください。

申請は、随時受け付けています。対象の方で、助成を受けていない方は申請してください。

児童発達支援センター「せりり」利用者募集

平成30年度の各事業の利用者を募集します。

募集期間11月1日(水)〜30日(木) 他利用申請にあたっては、事前に相談が必要です。

市では障害者虐待防止センターを設置し、障がい者虐待の相談・通報等の受け付けを行っています。

障がい者虐待に気づいた人には、市区町村へ通報の義務があります。早めの対応や支援は、虐待されている障がい者だけでなく、虐待している側が抱える問題の解決にもつながります。

障がい者虐待の防止と早期発見に、ご協力ください。

シルバー人材センター

活動状況のお知らせ

シルバー人材センターは、就業などを希望する原則60歳以上の方に、臨時的・短期的な就業などの機会を提供し、高齢者自身の生きがいや生活の充実を図り、活力ある地域社会づくりを担うために設置された公益法人で、法律に基づき活動しています。

市内の会員数は、千181人(平成29年7月末現在)で、60歳以上の市民に占める会員の割合は3.8%です。平成28年度は都平均の2.2%を大きく上回り、人口10万人以上の都市では、東京都で1位、全国でも上位の入会率を誇っています。また、前年度の受託事業収入は4億8千300万円に達しました。

働くことが適度な運動となり、健康の維持や介護予防の効果を高めます。同センターを通じて就業している会員が支払った医療費の調査では、一般高齢者の平均支払い額を大きく下回り、医療費の財政軽減に寄与しています。

会員の就業による収入状況

同センターで就業した場合は、就業規約に基づいて配分金(報酬)が支払われます。同センターの就業は、就職ではなく、毎月一定の額を保証する(雇用による給料)ものではないため、配分金の収入によって年金が減額されることはありません。

平成28年度に同センターで就業した千人の年間平均配分金は約40万円でした。

手工芸品の販売

時10月27日、11月24日、12月22日、平成30年1月26日、2月23日、3月30日いずれも金曜日午前10時〜午後2時 所同センター本町作業所(本町6-15-16) 販売品布ぞうり、クロス手提げ、正座いすほか

パソコン教室

所シルバー人材センター中町会議室(リサイクル事業所内) 左表のとおり 同センターパソコン班定各5人(申込順) 他希望者が定数を超えたコースでも、パソコン持ち込みで参加できる場合があります

対市内在住で原則として60歳以上の健康で働く意欲があり、シルバー人材センターの趣旨に賛同する方 申毎月第1・2木曜日(祝日を除く) 開催するどちらかの入会説明会に参加したのち、第3木曜日の研修会・入会手続説明会を受講してください。いずれも午前10時までに来所してください

◇共通◇ 同シルバー人材センター(貫井北町1-8-21 ☎042-383-6141 FAX 042-385-6241)

パソコン教室

講習名	日程	講習時間	費用(教材費含む)
Excelを学ぼう	10/13(金) /20(金)	9:00~12:00	6,240円
Wordを学ぼう	11/10(金) /17(金)		
個人教室	相談して決定します		1,030円/時間(教材費は別途実費)
訪問レッスン			
CoCoサロン(パソコン趣味の講座)	毎月第2・4週の2回(火曜・木曜・土曜日のいずれか)	13:00~16:00	月4,200円
相談室	毎週月曜日(祝日を除く)	13:00~15:00	無料

※パソコンはWindows7、Office2010を使用しますが、詳細はご相談ください