

介護予防相談会

公園を歩きながら話を伺います。理学療法士も同行します。運動不足や歩く姿勢等についても相談可能です。

時6月11日(金)午前10時〜11時 所都立小金井公園 定65歳以上の方で、要支援・要介護の認定を受けていない方

対 家地域本町2・3丁目、桜町1・3丁目、梶野町、関野町、緑町 定5人(申込順) 申6月1日から、電話で小金井きた地域包括支援センター(☎042-388-2440)へ

まなぶ 語る つながる 家族の会

介護者同士等で、介護の悩みなどを語り合いませんか。介護が必要な方がいて、参加

が難しい方はご相談ください。

時6月12日(土)午後1時〜2時 15分 所小金井ひがし地域包括支援センター 定6人(申込順。介護者を優先) 申6月1日から、電話で同センター(☎042-386-6514)へ

認知症サポーター養成講座

認知症の人を正しく理解し、日常生活の中で見守りや適切な対応ができる力を身につけるための講座です。

参加者には、認知症サポーターの証であるオレンジリングを差し上げます。

時6月24日(木)午後2時〜3時 30分 所中町校並集会所 対 初めて本講座を受講する方 定10人(申込順) 申6月1日から、電話で小金井みなみ地域

男性のための介護者手帳

地域活動への参加機会や介護に関する情報が少ない傾向がある男性介護者に向け、認知症などの情報をわかりやすくまとめた冊子を作成しました。

なお、この冊子は、令和2年度協働事業提案制度により作成されました。

■配布場所 介護福祉課(市役所第二庁舎2階)、各地域包括支援センターほか

■手帳に関すること=NPO法人 UPTREE(☎042-381-5570)、

協働事業提案制度に関すること=コミュニティ文化課文化推進係(☎042-387-9923)、その他=介護福祉課包括支援係(☎042-387-9845)



救急医療災害支援情報キットのご活用を

同キットは、緊急時や災害時に備えて、かかりつけ医、持病、服薬状況、緊急連絡先、障がいの程度、支援上の留意点などを記入した情報シートや保険証の写しなどを入れて保管しておく容器です。

迅速な救急、救命活動を行うための重要な手助けになるとともに、災害時に適切な支援を得るための情報伝達用具として使うことができます。

■次のいずれかに該当する在宅の方およびそれに準ずる方▷75歳以上のひとり暮らしの方および75歳以上の高齢者のみの世帯の方▷身体障害者手帳1・2級の方▷愛の手帳1・2度の方▷精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方▷難病者

福祉手当を受給されている方 申直接、地域福祉課(市役所第二庁舎2階)、保健センター、各地域包括支援センター、本町高齢者在宅サービスセンター、障害者福祉センター、精神障害者地域生活支援センターそらへ※代理の方の申請も可能です

■地域福祉課地域福祉係(☎042-387-9915)



数抽選) 申6月10日(必着)までに、往復はがきに住所・

はファクスで希望コース・住

認知症の方を介護している家族同士で悩みや不安を語り

包括支援センター(☎042-388-18400)へ



高齢者いきいき活動講座 歌のおはなし

詩の解釈を中心に

詩を解釈し、どう歌で表現するかを探ります。歌唱はありません。

時7月8日、15日、29日いずれも木曜日午前10時〜正午(全3回) 所社会福祉協議会 講石崎秀和さん(東京学芸大学准教授) 対おむね60歳以上の市内在住の方 定14人(多数抽選) 申6月10日(必着)までに、往復はがきに住所・

氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号を明記し、社会福祉協議会「歌のおはなし係」(〒184-0004本町5-1-17 ☎042-387-1001)へ

所・氏名(ふりがな)・電話番号を同センター(☎042-2127-7117 FAX 0422-2717476)へ

シルバー人材センター パソコン・タブレット教室

時内 下表の通り 所シルバー人材センター 東町会議室(東町4-38-26) 講同センター パソコン班 定各5人 他パソコンはWindows10、Office 2019を使用します▽希望者が定員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。詳しくはお問い合わせください 申開催日の4日前(土曜・日曜・祝日を除く)までに、電話またはファクスで希望コース・住

講習名	日程	講習時間	費用(教材費含む)
個人教室	相談して決定します		1,500円/時間 (教材費は別途実費)
初期設定、トラブル対応			2,500円/時間
CoCoサロン(パソコン趣味の講座)	月2回(火曜・木曜・土曜日のいずれか)	13:00~16:00	5,000円/月

認知症家族の集い

座談会 認知症の介護がはじまつたときー介護に疲れた時どうする？

合い、専門の先生の講座を交えながら勉強しませんか。 時7月3日(土)午後1時〜3時 所上之原会館 講五島シズさん(認知症ケアアドバイザー) 対認知症の方を介護している家族の方 定20人(申込順) 申6月7日から、電話で緑寿園ケアセンター(☎042-462-1206)へ

親族後見人のついで

権利擁護センターでは、成年後見制度における親族後見人の方を対象に、連絡会を開催します。

時6月24日(木)午前10時30分〜正午 所社会福祉協議会 定10人(申込順) 他オンライン参加可 申6月1日から、電話で権利擁護センター(☎042-386-0121)へ



認知症カフェ

認知症について不安のある方、ご家族の方等ぜひご参加ください。

【①にしのだいカフェ】

体操やレクリエーションなども行います。

時6月22日(火)午後2時〜3時 所前原町西之台会館 定15人(申込順) 申6月1日から、電話でみなみ地域包括支援センター(☎042-388-8400)へ

【②なごみカフェ】

特別養護老人ホームつきみの園内で運営しています。

時6月23日(水)午後2時〜3時 所喫茶なごみ(中町2-15-25同施設内)

【③ひだまりカフェ】

専門職や介護経験者の方と運営しています。

時6月26日(土)午前10時30分〜11時30分 所喫茶ウエスト(東町4-21-12)

◇②③共通◇

定各日5人(申込順) 申6月1日から、電話でひがし地域包括支援センター(☎042-386-6514)へ