

### 政治家の寄附は禁止 寄附禁止のルールを守って 明確な選挙の実現を

12・1月を中心に「政治家の寄附禁止」の啓発活動を行っています。

#### 「政治家は贈らない 有権者は求めない」

政治家(候補者、候補者になろうとしている者および現に公職にある者)が選挙区内の人や団体にお金や品物を贈ることは、法律で禁止されています。また、政治家に寄附を求めることも禁止されています。

問 選挙管理委員会事務局 (☎042-387-9881)

### 民事調停の利用相談会

土地建物、近隣関係、金銭問題、交通事故等の民事上のもめごとについて、裁判所調停委員が相談に応じます。

時 12月14日(木) 午後1時30分～4時30分(4時受付終了)

所 上之原会館

申 当日直接会場へ

問 武蔵野民事調停協会事務局

・清水(清水法律事務所内) ☎03-5332-5108

11月 金曜日午前10時～午後5時

12月 市経済課消費生活係 ☎042-387-9831

### 夜間納税窓口を開設

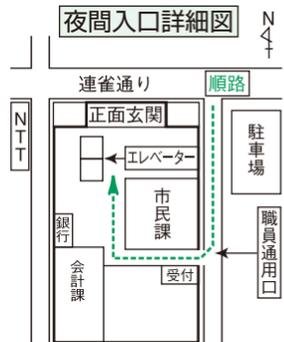
時 12月4日(月)～6日(水) いずれも午後8時まで

所 納税課(市役所第二庁舎3階) ※東側職員通用口から入り、エレベーターをご利用ください

内 固定資産税・都市計画税、市・都民税、軽自動車税、法

人市民税、国民健康保険税 ※事情により一度に納めることが困難な方は、ご相談ください

問 納税課納税係 (☎042-387-9823)



### 二十歳を迎える障がいのある方に祝品を贈呈

対平成15年4月2日～16年4月1日生まれの在宅で障がいのある方(身体障害者手帳、愛の手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかをお持ちの方) 他 申し込み後、後日、商品券を贈呈します 申 12月20日までに、いずれかの手帳を持参のうえ、直接、社会福祉協議会(☎042-387-0011)へ

音楽療法ボランティア養成講座

時 1月18日(木)、25日(木)、29日(月)、2月5日(月) 午後2時～4時(全4回) 所 社会福祉協議会 講藤本禮子さん(音楽療法士) 対 市内在住

高齢者や障害児(者)を対象とした活動を学びます。 時 1月18日(木)、25日(木)、29日(月)、2月5日(月) 午後2時～4時(全4回) 所 社会福祉協議会 講藤本禮子さん(音楽療法士) 対 市内在住

申 12月15日から、電話、Eメールまたは直接、小金井ボランティア・市民活動センター(☎042-387-0011)へ koganai@circus.ocn.ne.jp)へ

### 親族後見人のつづき

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 12月19日(火) 午後2時～3時30分 所 社会福祉協議会 定 10人(申込順) 申 12月1日から、電話で権利擁護センター(☎042-386-0121)へ

### ハンディキャップ サービスのご案内

図書館本館では、視覚等、図書館利用に不自由がある市内在住の方への読書支援として、左記のサービスを行っています。ご利用には、事前の登録が必要です。詳しくは、ご相談ください。

心身障害者福祉手当の支給

12月期分(令和5年8月～11月分) 振込日 12月8日(金)

振込日以降、通帳でお確かめください。金融機関によっては2・3日遅れる場合があります。 次のような場合には、ご連絡ください▽振込日以降、7日を過ぎても振り込まれない場合▽氏名または住所、口座を変更した場合▽施設に入所

した場合▽障がいの程度が変わった場合 問 自立生活支援課 障害福祉係 (☎042-387-9845) s0503399@koganai-shi.jp)へ

### いつまでも安心して暮らしていくために 今やっておくこと お金の管理について一緒に考えてみませんか

身近に起きた困りごとをきっかけに、将来の備えを始めたいある家族の話をも参加による朗読劇でお届けします。

時 12月21日(木) 午後2時～4時 所 公民館貫井北分館 対 市内在住・在勤の方 定 20人(申込順) 申 12月1日から、電話で介護福祉課包括支援係(☎042-387-9845)へ

### オンラインで介護予防教室

時 ① 1月11日(木) 午前10時～正午 ② スマートフォン教室 ② 19日(金) 午前10時～11時 ③ Zoom教室 ③ 25日～3月7日の毎週木曜日 午前10時～11時 ④ 介護予防教室(全9回) 所 ① 上之原会館 ② オンライン ③ 1人で運動ができる、市内在住のおおむね65歳以上の方 定 20人(申込順) 申 12月1日から、電話またはEメールで住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・講座

### 認知症サポーター養成講座

認知症について正しく理解し、日常生活の中で見守りや

名を明記し、介護福祉課包括支援係(☎042-387-9845) s0503399@koganai-shi.jp)へ

### 介護予防講座

介護予防の柱である栄養、口腔、運動、認知症予防に関する講座です。

時 12月21日(木)、2月22日(木) 午後2時～4時15分(全2回) 所 市民会館・萌え木ホール(商工会館3階) 対 市内在住の65歳以上の方 定 30人(申込順) 申 12月1日から、電話で介護福祉課包括支援係(☎042-387-9845)へ

### まなぶ 語る つながる 家族の会

時 12月9日(土) 午後1時～3時 所 特別養護老人ホームつきみの園(中町2-15-25) 内 口腔ケアの重要性や方法に関する講義と介護者同士の語り合い 講 坂詰智仁さん(歯科医師) 定 15人(申込順) 介護者を優先) 申 12月1日から、電話で小金井ひがし地域包括支援センター(☎042-386-6514)へ

### さかした カフェ

コインランドリー横のカフェで、介護や認知症のことなど何でも気軽にお話しできる場がオープンしました。

時 毎週火曜日 午後2時～3時30分

所 NEW LIFE LAUNDRY (前原町5-9-7)

¥ 無料(飲み物代実費)

申 当日直接会場へ

問 小金井みなみ地域包括支援センター (☎042-388-8400)

## こがねい年越し「食」支援

### 食品の寄付にご協力を

問 社会福祉協議会 (☎042-387-0011)

家庭などで余っている食品を集めて、年越しの時期に食事に困っている方へ食品の支援を実施します。

寄付された食品は、社会福祉協議会の福祉総合相談窓口や生活福祉資金貸付へ年内にご相談いただいた方または、ひとり暮らしの学生で、食品の支援を希望する方に渡します。

■ 回収期間 12月11日(月)～22日(金) 午前9時～午後4時(土曜・日曜日を除く)

所 社会福祉協議会 駐車場

■ 対象食品 消費・賞味期限が令和6年1月末以降で、調理方法が簡易な以下のもの

インスタント食品	レトルト食品	缶詰	乾麺	米	もち
----------	--------	----	----	---	----

時 下表のとおり 所 同センター 東町会議室(東町4-38-26)

月曜 午後3回コース	12/11～25
水曜 午後3回コース	12/6～20
金曜 午後3回コース	1/26～2/9

※ いずれも午後1時30分～3時30分

zoom@koganai-sc.or.jp)へ

シルバー人材センター マンツーマン 無料Zoom教室

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等を差し上げます。

時 12月13日(水) 午後2時～3時30分 所 小金井坂下整体院(前原町5-9-7) 対 初め 人数各コース2人 申 開催日の3日前(土曜・日曜・祝日を除く)までに、電話またはEメールで同センター(☎042-221-2717) silver.zoom@koganai-sc.or.jp)へ

トーケンプラザ2階) 内 パソコンで同時に複数人と交流できるZoomの使い方の習得講座 講 同センターパソコン班 対 メールを使用できる、65歳以上の市内在住の方 定 各コース6人(多数抽選)。最少開催人数各コース2人 申 開催日の3日前(土曜・日曜・祝日を除く)までに、電話またはEメールで同センター(☎042-221-2717) silver.zoom@koganai-sc.or.jp)へ