

# 福祉のひろば

## 親族後見人のつどい

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**7月26日(金)午後2時～3時30分**所**三鷹駅前コミュニティ・センター(三鷹市)**定**10人(申込順)**申**7月1日から、電話で権利擁護センター(☎042-386-0121)へ

## 福祉サービス苦情調整委員会制度の運営状況

令和5年度中に福祉オンブズマンが対応した苦情相談等は、面接によるものが7件、電話によるものが5件、合計12件でした。

その内容は、介護保険2件、高齢者福祉1件、障害者総合支援法5件、児童福祉1件、生活保護3件でした。

福祉サービス苦情調整委員

事務局(☎FAX 042-383-1225)

## 都シルバーパス更新手続きのお知らせ

都シルバーパスは毎年、更新手続きが必要です。千円パスをご利用の方には7月10日ごろ、2万500円パスをご利用の方には8月20日ごろに「シルバーパス更新手続きのご案内」を送付します。

なお、4月以降に新規購入された場合は、発送日が異なる場合があります。

**問**(一社)東京バス協会(☎03-53308-6950)土曜・日曜・祝日を除く午前9時～午後5時

## 3か月で元気になる短期集中予防サービス利用者募集

リハビリ専門職員が、利用者にあつた介護予防プログラムを提供します。サービスは、訪問型と通所型を組み合わせて行います。

**■実施期間**9～11月**対要支援**

認定を受けている方、総合事業対象の方※通所型サービスを利用していらっしゃる方は対象外  
電話で各地域包括支援センターへ**問**介護福祉課包括支援係(☎042-387-9845)

## 認知症カフェ

### 【桜町オレンジカフェ】

**時**7月20日(土)午後2時30分～4時**所**桜町高齢者在宅サービスセンター(桜町1-9-15)**定**25人(申込順)**費**200円**申**7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

### 【にしのだいカフェ】

**時**7月23日(火)午後2時～3時30分**所**前原町西之台会館**定**30人(申込順)**費**100円**申**7月1日から、電話で小金井みなみ地域包括支援センター(☎042-388-8400)へ

### 【貫井住宅カフェ】

**時**8月27日(火)午後2時～3時**所**貫井住宅内集会所(貫井南町5-3-5)**定**20人(申込順)**費**100円**申**8月1日から、電話で小金井みなみ地域

包括支援センター(☎042-388-8400)へ

## 活き生きボラボ

### ボランティア登録会を開催

ボランティア活動を通して、自身の健康増進と介護予防をめざします。

活動内容はお茶出し、庭の手入れ、話し相手など職員の補助的作業のほか、囲碁・将棋の相手、歌・楽器演奏など余暇活動の支援です。

実績に応じて、さくらポイントに交換できる活動スタンプが取得できます。

**時**7月12日(金)午後1時～3時**所**商工会館**対**市内在住の65歳以上で、要支援・要介護認定を受けていない方**申**当日直接会場へ**問**介護支援ボランティアポイント事務局(商工会内☎042-381-8765)

## シルバー人材センターからのお知らせ

**【基礎学習無料体験教室】**  
**時**8月20日(火)～22日(木)

午前9時～11時**所**同センター本町作業所(本町6-5-16)**対**小学生3～6年生、算数、中学生、英語・数学・学習相談**問**同センター会員**定**20人(申込順)**申**7月1日から、電話または直接、同センター(梶野町4-2-7☎0422-2717117)へ

## 植木の手入れの受け付け

植木の剪定・伐採の10～12月作業分の申し込みを受け付けます。

**■申込開始日**▽10月作業分 8月21日から▽11月作業分 9月18日から▽12月作業分 10月16日から**申**電話で同センター(☎0422-2717117)へ

## 【無料Zoom教室】

パソコン等で複数人と交流できるZoomの使い方や学習講座を開催しています。

講座は、初級者向けと主催者向けの2コースがあります。開催日・申込方法等詳細は、お問い合わせください。

**所**同センター東町会議室(東町4-38-26トールケンプラザ2階)**対**Eメールが使用できる市内在住の65歳以上の方**定**各コース6人※各コース2人以上で開催**問**同センター(☎0422-2717117)

**健康ガイド**

健康課(保健センター)  
☎042-321-1240  
〒184-0015  
貴井北町5-18-18

## 大腸がん検診

**時**7月1日(月)～12月28日(土)**内**免疫学的便潜血検査  
**法**令和7年3月31日現在40歳以上で令和6年4月以降に

市の大腸がん検診を受診していない方**費**500円(生活保護世帯・住民税非課税世帯の方は、減免制度があります)**他**契約医療機関は、市ホームページをご覧ください**申**直接、市内契約医療機関へ



市ホームページ

**【住民税非課税世帯の方へ】**  
費用の一部減免となる証明書を発行します。

## 健康メモ

### 認知症の話

認知症は65歳以上の人口の5人に1人がなるといわれており、自分や親兄弟・親戚・知り合いなども含めると皆さんにもかわりがあるのではないのでしょうか。

昨年、日本ではアルツハイマー型認知症に対しての初めての疾患修飾薬であるレカネマブが承認されました。これまでの薬が症状を和らげたりするのに対して、原因そのものにアプローチして進行の抑制が望める薬です。認知症克服の第一歩であることは確かですが、まだ問題はたくさんあります。適応になるのは初期段階の一部の患者さんだけであること、高額な費用がかかること、治療が行える施設が限られていること、薬による副作用があることなどです。

**時**検診日の2週間前まで**所**保健センター**持**運転免許証、個人番号カード等の本人確認書類  
**問**健康課

## 大気汚染医療費助成制度

気管支ぜん息等の方へ医療費の助成を実施しています。

**対**都内に1年(3歳未満は6か月)以上在住の18歳未満で気管支ぜん息等に罹患しているなど、要件を満たす方**問**健康課

となると現時点では、認知症にならないことが大切でしょう。果たして認知症にならない方法はあるのでしょうか。ならないのは難しいにしても、なりにくくする方法はありそうです。高血圧や糖尿病などの生活習慣病は認知症になる可能性を1.5倍程度増やすことが分かっているので、その予防・治療をしっかり行うことは重要です。また、運動習慣・社会活動への参加も認知症の発症を予防することが分かっています。

さらに社会全体として認知症と共存できる体制、いわゆるバリアフリー化の推進が必要です。認知症の人が尊厳を保持しつつ希望を持って暮らすことができるように社会の体制、人の意識を変えていくことが重要だと考えます。

自分のできることから始めてみましょう。

小金井市医師会

三明 裕知

## ディスレクシアを支える

**時**8月1日(木)午後2時～4時

**所**社会福祉協議会

**内**ディスレクシアの困りごとの事例紹介・サポート例などの話

**講**藤堂栄子さん(NPO法人代表)

**対**市内在住・在勤・在学の方

**定**30人(申込順)

**申**7月1日から、申込フォームで

**問**社会福祉協議会(☎042-387-0011)



申込フォーム

## スマホサポーター養成講座

スマートフォンの基本的な操作と高齢者に接するときのポイントを学び、スマホ講座や相談会等で高齢者にスマートフォンの楽しさを伝えるサポーターを養成します。

**時**7月23日～8月20日(13日を除く)いずれも火曜日午後1時30分～4時30分(全4回)

**所**前原暫定集会施設、上之原会館(20日のみ)

**講**佐藤弥子さん(シニアITアドバイザー)ほか

**対**市内在住・在勤の方

**定**20人(申込順)

**申**7月1日から、市申込フォーム

または電話で介護福祉課包括支援係

(☎042-387-9845)へ



市申込フォーム