

点訳ボランティア養成のための 点字講習会

時 9月3日～11月5日の毎週水曜日
午前10時15分～午後0時15分（全10回）
所 図書館本館
講 山口礼子さん（東京都点訳指導員）
定 10人（申込順）
費 590円
他 保育有り（8月13日までに要事前申込）
申 8月1日～15日に、電話または直接、図書館本館（☎042-383-1138）へ

いつまでも元気であるための 講座（介護予防講座）

運動、栄養・口腔^{くう}、認知症予防についての専門職による講座です。
時 9月11日(木)、19日(金)午後2時～4時10分（全2回）
所 前原暫定集会施設
対 市内在住の65歳以上の方
定 18人（申込順。初回受講者優先）
申 8月1日から、電話で介護福祉課包括支援係（☎042-387-9845）へ

高齢者いきいき活動講座 Let's Sing 懐かしの映画音楽

懐かしの映画音楽を中心に童謡や愛唱歌も交えて歌います。
時 9月2日(火)、16日(火)午前10時～正午（全2回）
所 社会福祉協議会
講 飯村孝夫さん（音楽家）
対 市内在住で、おおむね60歳以上の方

定 32人（多数抽選。初参加者優先）
申 8月12日（消印有効）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「飯村先生の音楽係」（〒184-0004本町 5-36-17 ☎042-387-0011）へ

ご当地体操「小金井さくら体操」 リーダー養成講座（介護予防 ボランティア養成講座）

介護予防の基礎知識を広く学び、同体操の自主グループで活動するボランティアを養成する講座です。
時 9月2日～16日の毎週火曜日、22日～10月20日の毎週月曜日（10月13日を除く）午後2時～4時（22日は3時30分まで）※全7回
所 前原暫定集会施設（22日は小金井消防署）
対 市内在住で、講座修了後週1回程度さくら体操の会でボランティア活動できる方※要支援・要介護認定等を受けている方や医師から運動を禁止されている方は除きます
定 30人（申込順）
申 8月1日～29日に、電話またはEメールで住所・氏名^{ふりがな}・年齢・電話番号を介護福祉課包括支援係（☎042-387-9845 ☒s050399@koganei-shi.jp）へ

シニア運動教室 （スタジオ・プール）

時 ① 9月9日～11月25日の毎週火曜日午後1時45分～2時45分（全12回）
② 9月11日～11月27日の毎週木曜日午前11時～正午（全12回）
③ 9

月10日～11月26日の毎週水曜日午後2時～3時（全12回）
所 メガロス武蔵小金井（緑町5-3-24）
内 ①②スタジオで筋力・柔軟性・バランス力を高める運動③プールで水の浮力により関節等への負担を軽減しながら筋力・心肺機能を高める運動
対 市内在住の65歳以上で、医師から運動制限の指示がない方
定 ①②各20人③15人（いずれも多数抽選）
費 1,500円（キャッシュレス決済）
他 8月26日までにEメールまたははがきで当落の通知をします。連絡がない場合はお問い合わせください
申 8月15日（必着）までに、市申込フォームまたは往復はがきに住所・氏名^{ふりがな}・年齢・電話番号・希望コース（①②③いずれか）を明記し、介護福祉課包括支援係「シニア運動教室係」（〒184-8504住所不要 ☎042-387-9845）へ

サブスタッフ養成講座 デイサービス認定サブ スタッフになりませんか！

介護予防や地域について学びながら、デイサービスで職員の補助として活動する元気な方を募集します。
詳細は市ホームページをご覧ください。
■期間 10月3日(金)～12月19日(金)の間の毎週2回程度
■実習先 ▷中町高齢者在宅サービスセンター

▷陽なたリハビリデイサービス
▷桜町高齢者在宅サービスセンター
対 市内在住の要介護認定等を受けていないおおむね65歳以上の方
定 13人程度（申込順）
申 8月1日～9月12日に、電話または直接、介護福祉課包括支援係（市役所第二庁舎2階 ☎042-387-9845）へ

知的障害者（児） 移動支援従業者 養成研修（通学）



知的障がいのある方の外出を支援するサービスです。
時 10月4日(土)、11日(土)、13日(祝)
所 ケアこげら小金井事業所（貫井北町1-6-22日興ビル小金井2階）
定 20人（申込順）
申 8月1日～9月27日に、障害者地域自立生活支援センターホームページから、同センター（☎042-381-8811）へ

パソコン講習会の受講生を 募集します

時 8月23日～9月27日の毎週土曜日午後1時～3時（全6回）
所 障害者福祉センター
対 市内在住の知的障がいのある方
定 6人（多数抽選）
申 8月1日～16日に、直接、障害者地域自立生活支援センター（障害者福祉センター1階 ☎042-381-8811＝日曜・祝日を除く午前9時～午後7時。土曜日は5時まで）へ



11月15日(土)～26日(水)

夏季デフリンピック競技大会 東京2025が開催されます！



デフリンピックは、耳がきこえない・きこえにくいアスリートの国際総合スポーツ競技大会で、約70～80か国・地域が参加しています。
日本では初めての開催で、1924年にパリで第1回大会が開催されてから100周年の記念となる大会です。



「デフリンピック」を知ろう 障がい特性の理解促進講座



市申込
フォーム

時 8月24日(日)午前10時～正午
所 市役所第二庁舎8階801会議室
内 デフリンピックの紹介、ろう者とのコミュニケーションや応援方法の講習
講 山田真樹さん（デフ陸上選手）ほか
対 市内在住・在勤・在学の方
定 30人（申込順）
他 手話通訳有り
申 8月1日から、市申込フォーム、電話またはファクスで自立生活支援課相談支援係（☎042-387-9841 FAX042-384-2524）へ

