

### 介護職員初任者研修

**時** 1月16日(金)～3月6日(金)までの毎週火曜・金曜日原則午前9時30分から(全15回。全日程参加)

**所** 商工会館2階

**対** 市内在住・在勤で、事業所に介護職員として勤務している方(予定・希望も含む)

**定** 12人(多数抽選)

**費** 無料

**他** 必要書類等詳細は、お問い合わせください

**申** 12月1日～19日に、必要書類を直接、介護福祉課包括支援係(市役所第二庁舎2階☎042-387-9845)へ

### シニア運動教室(スタジオ)



スポーツクラブで筋力・柔軟性・バランス力を高める運動を実施します。

**時** ①1月6日～3月24日毎週火曜日午後1時45分～2時45分(全12回)

②1月7日～3月25日毎週水曜日午後1時30分～2時30分(全12回)

③1月8日～3月26日毎週木曜日午前11時～正午(全12回)

**所** メガロス武蔵小金井(緑町5-3-24)

**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** 各20人(いずれも多数抽選)

**費** 1,500円(キャッシュレス決済)

**他** 12月25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** 12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・<sup>ふりがな</sup>氏名・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

### 成年後見制度等市民啓発講演会

「老いじたくを考えるー成年後見制度・死後事務」をテーマに講演会を開催します。

**時** 1月22日(木)午前10時から

**所** 社会福祉協議会

**講** 是枝嗣人さん(葬祭師)

**定** 35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

### 相続・遺言・成年後見制度相談会

司法書士が相談に応じます。

**時** 1月22日(木)午後1時30分～3時40分

**所** 社会福祉協議会

**定** 12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

### 同行援護従業者養成研修



視覚障害のある方の外出支援を行うための研修です。

**時** 2月15日(月)、21日(土)～23日(祝)(全4回)

**所** 障害者福祉センター

**対** 市内在住・在勤の方

**定** 10人(申込順)

**申** 12月2日～2月7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

**問** 同センター(障害者福祉センター

1階☎042-381-8811FAX042-383-8488)

### 講演会ー障がいのある方の意思決定支援を考える



**時** 1月22日(木)午後6時～8時

**所** 市民会館・萌え木ホール(商工会館3階)

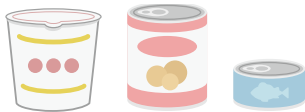
**講** 岩崎香さん(社会福祉法人豊芯会理事長)

**定** 30人(申込順)

**申** 12月2日～1月16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

**問** 同センター(障害者福祉センター1階☎042-381-8811FAX042-383-8488)

## こがねい年越し食支援 食品の寄付にご協力を



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、受験生チャレンジ支援貸付へ年内にご相談いただいた方で、食品の支援を希望する方に渡します。

**■回収期間** 12月8日(月)～19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

**■対象食品** 消費・賞味期限が令和8年1月末以降で、調理方法が簡易なインスタント食品や缶詰や米、麺類など

**問** 社会福祉協議会(☎042-387-0011)



## 子ども・子育て

### 親子あそびひろばゆりかご

#### エンジェル教室

リズム遊び、離乳食の話、同じ地域の方との交流等を通じて育児を学びます。

**時** ①1月8日、22日②2月12日、26日③3月12日、26日いずれも木曜日午前10時～11時30分(各回2日コース)

**対** おおむね5か月児と保護者

**申** ①12月2日②1月6日③2月3日から、電話または直接、問合先へ

#### もうすぐ小学生

どんな準備をすればいいの?朝の支度は間に合うかな?楽しみや不安などさまざまな気持ちを就学相談の先生も交えてお話ししませんか。

**時** 1月16日(金)午前10時30分から

**対** 令和8年4月に子どもが小学校に入学予定の保護者

**定** 15人(申込順)

**申** 12月2日～1月10日に、電話または直接、問合先へ

#### ペアレントトレーニング

子どもの行動に対する効果的な声かけや褒め方を、ロールプレイ等を通じて学びます。

**時** 1月21日(水)、2月4日(水)、19日(木)、25日(水)、3月19日(木)午前9時45分～11時15分(全5回)

**講** 丸谷充子さん(臨床心理士)ほか

**対** 3歳～小学校3年生の子どもの保護者

**定** 8人(多数抽選※初参加者優先)

**他** 保育有り

**申** 12月26日までに、電話または直接、問合先へ

— ◆ 共 通 ◆ —

**所** 保健センター

**問** 親子あそびひろばゆりかご(☎042-321-3141＝日曜・月曜・祝日を除く)

### 学習塾等受講料貸付金 高校・大学等受験料貸付金

都では受験生チャレンジ貸付事業として、中学3年生・高校3年生およびそれに準じるお子さんがいる一定所得以下の世帯に、学習塾等受講

料および高校・大学等受験料の貸付を行っています。高校・大学等に入学すると申請により貸付金の返済が免除されます。

**【学習塾等受講料貸付金】**

中学3年生・高校3年生およびそれに準じる方＝30万円

**【高校・大学等受験料貸付金】**

高校受験＝27,400円、大学受験＝12

万円

**■申請期限** 1月30日(金)

**他**▷貸付には一定の要件を満たす必要があります▷申し込みに数日要するためお早目にご相談ください

**■相談・受付窓口** 社会福祉協議会(☎042-386-0294)

**問** 地域福祉課地域福祉係(☎042-387-9915)

## みんなで子育て応援ブック のびのびこがねいっ子 掲載団体募集



のびのびこがねいっ子2026に、地域で子育て支援に関するサークル・グループ活動などを行っている団体の情報を掲載します。

**■掲載基準** 営利目的、政治・宗教的団体でなく、月会費が2,000円以下であり、原則市内で活動している団体(子どもの居場所づくり事業補助金を受けている活動は除く)

**申** 12月1日～22日(消印有効)に、郵送、ファクスまたは直接、所定の様式(子育て支援課、こども家庭センターで配布または市ホームページからダウンロード)に必要な事項を明記し、子育て支援課子育て支援係(〒184-8504住所不要・市役所第二庁舎3階☎042-387-9836FAX042-386-2609)へ



のびのびこがねいっ子2025