

「ご近所で手を取り合って助け合い」町会・自治会に加入しましょう

### 柔道整復師会による高齢者介護予防教室（初級・フォロー）

介護予防を目的とした教室を実施します。ぜひご参加ください。  
**【日時等】** 下表のとおり  
**【場所】** 市内 6 か所の接骨院（あきやま整骨院、牛浜大野接骨院、内浦接骨院、勝田接骨院、拝島堂整骨院、細谷接骨院）  
**【対象】** 65 歳以上の高齢者で介護保険要介護認定の「要介護」「要支援」に該当しない方、医師から運動制限を受けていない方※初めて参加する方は初級からの申込みになります。  
**【申込み】** 4 月 19 日(火)～25 日(月)の間に電話で申込みのうえ、印鑑を持参して市役所 1 階 9 番介護福祉課地域包括支援センター係 ☎ 551・1537 へ。

教室名	日時	内容
筋力向上トレーニング教室・初級（柔道整復師会）	5 月から開始。1 週間に 1 回程度（全 12 回）でおむね 3 か月間	柔道整復師の指導による個人の身体状況などに応じた機能訓練
筋力向上トレーニング教室・フォロー（柔道整復師会）	※ご希望の日時を各接骨・整骨院の先生と調整できます。	1 回 30 分程度 1 回 60 分程度。原則、すでに接骨院の筋力向上トレーニング教室に参加したことがある方

### 市民パソコン体験講習会開催のご案内

パソコンに関心をお持ちの方、パソコンを始めたいと思っている方の参加を募集します。最新の OS (Windows10) に対応した内容です。  
**【日時・場所】** 下表のとおり・さくら会館 1 階シルバー人材センター内  
**【対象】** おおむね 20 歳以上で、2 日間のコースを通して参加できる方  
**【定員】** 下記の各コース 8 人（合計 32 人）  
**【申込み】** 往復はがきで 〒197-0024 福生市牛浜 163（さくら会館内）福生市シルバー人材センターへ ※ 4 月 28 日(木)必着。午前、午後とも同じ内容です。  
**▼往復はがきの書き方**  
**〈往信用裏面〉** 住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号、希望の講習番号（第二希望まで）  
**〈返信用宛先〉** ご自分の郵便番号、住所、氏名※定員を超えた場合は抽選。一度受講された方はご遠慮いただくことがあります。  
**【問合せ】** (社) 福生市シルバー人材センター ☎ 553・3261

コース	講習番号	日程	内容
文書作成コース	1001	5 月 9 日(月)・10 日(火) ①午前 10 時～正午②午後 1 時 30 分～3 時 30 分	(1 日目) キーボードやマウス操作、文字入力。 (2 日目) 簡単な文章を作成・印刷。
	1002	5 月 11 日(水)・12 日(木) ①午前 10 時～正午②午後 1 時 30 分～3 時 30 分	(1 日目) インターネットを使ってみよう。 (2 日目) 電子メールを使ってみよう。

### 加美町会が誕生しました

4 月 1 日から、加美第一町会と加美第二町会が合併し、「加美町会」として新たに発足することになりました。

**【問合せ】** 協働推進課 ☎ 551・1590

### 日本赤十字社員（会員）増強運動にご協力ください

5 月 1 日から 31 日まで、日本赤十字社の社員（会員）増強運動（社費募集）が行われます。これは社費としてご寄附いただき、日本赤十字社を通じて、災害援護、血液事業などに役立てられます。平成 27 年度、福生市地区では、約 290 万円のご協力をいただきました。また、日本赤十字社から災害救援用資材として炊出し釜 1 基、テント 1 張が配備されました。

今年度も町会・自治会の方々の協力をいただき社員（会員）の募集を実施します。ご協力をお願いします。

**【問合せ】** 社会福祉課庶務・福祉計画担当 ☎ 551・1522

**平成 28 年度の身体障害者相談員・知的障害者相談員について**  
 民間の協力者で、身体障害者や知的障害者の相談を受けています。  
**▼身体障害者相談員（敬称略）**  
 ・山下一真（熊川 477-19）

☎ 552・1001  
 ・沼田勇（福生 2267-35）☎ 552・3862  
 ・宇佐美信子（熊川 1130「矢田方」）☎ 551・5476  
 ・赤石真美（熊川 1640-11-2-105）☎ 551・9112

**▼知的障害者相談員（敬称略）**  
 ・徳田和江（福生 2445-31）☎ 553・1201  
 ・関行子（熊川 13）☎ 551・3899

**【問合せ】** 障害福祉課 ☎ 551・1742

**こんな症状でお困りではないですか？**  
 脳卒中や交通事故のあと、新しいことが覚えられなくなった。感情や欲求のコントロールがしにくい等の原因は、もしかしたら「高次脳機能障害」かもしれません。まずはご相談ください。  
**【日時】** ① 5 月 10 日(火)午後 2 時～4 時 ② 5 月 24 日(火)午後 2 時～4 時  
**【場所】** 市役所  
**【対象】** 高次脳機能障害の当事者及び家族等  
**【相談員】** 作業療法士・社会福祉士等  
**【申込み】** 4 月 18 日(月)から障害福祉課 ☎ 551・1742 へ。

**介護者交流・おれんじパーク**  
 認知症高齢者や、その家族の支援をしている方、日ごろの悩みや困っていることなどを介護経験者の方などと一緒に話しませんか。

**【問合せ】** 障害福祉課 ☎ 551・1742

### 老人福祉センター教養講座

**▼ロコモームエクササイズ教室**  
 運動機能低下を予防する運動です。  
**【日時】** 5 月 13 日～7 月 15 日の間の毎週金曜日（全 10 回）午前 10 時 30 分～11 時 45 分  
**【場所】** 福祉センター 2 階理学療法室  
**【対象】** 市内にお住まいの 60 歳以上の方で全日参加可能で運動制限のない方  
**【定員】** 20 人（定員を超えた場合抽選）  
**【持ち物】** 動きやすい靴・服装、タオルか手ぬぐい、水分補給できるもの  
**【講師】** フィットネスインストラクター  
**【申込み】** 4 月 15 日(金)～25 日(日)（日曜を除く午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分）の間に社会福祉協議会 ☎ 552・2121 へ。

**▼手作りペットボトルカバー講座**  
 布でペットボトルカバーを作ってみませんか？  
**【日時】** 5 月 13 日(金)午後 2 時～4 時  
**【場所】** 福祉センター地下研修室  
**【対象】** 市内在住の 60 歳以上の方  
**【定員】** 先着 10 人  
**【費用】** 材料費 600 円（当日お持ちください。）  
**【持ち物】** 裁縫道具  
**【申込み】** 4 月 19 日(火)から（日・祝日を除く午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分の間に）社会福祉協議会 ☎ 552・2121 へ。

**【武蔵野台児童館 ☎ 553・8822】**  
 ・遊具開放 DAY 21 日(木)午前 10 時 30 分～正午  
**【対象】** 1 歳 6 か月以上の幼児と保護者  
 ・びよびよひろば 25 日(月)午前 10 時 30 分～正午  
**【対象】** 0 歳児と保護者  
 ・とことひろば 26 日(火)午前 10 時 30 分～正午  
**【対象】** 1 歳児と保護者  
 ・わんぱくひろば 28 日(木)午前 10 時 30 分～正午  
**【対象】** 2 歳以上の幼児と保護者  
**\*多世代交流事業\***  
 ・くまがわ元気スポット 21 日(木)午前 10 時 10 分～11 時 30 分  
**【対象】** 幼児と保護者、地域の皆さんどなたでも参加できます。※健康体操、キッズ体操、ストレッチ等をして、元気になりましょう。  
 各館とも、事業終了後、子育ての悩み相談や情報交換を行っています。詳細は各館へお問い合わせください。★児童館ホームページ URL (<http://www.fussa-jidoukan.net/>)

**【熊川児童館 ☎ 539・1515】**  
 ・遊具開放 DAY 20 日(水)、25 日(月)、27 日(水)、5 月 2 日(月)午前 10 時～正午  
**【対象】** 幼児と保護者  
 ・くまさんひろば 26 日(火)午前 10 時 30 分～11 時 30 分  
**【対象】** 1 歳 6 か月以上の幼児と保護者  
 ・ウキウキ親子リトミック 28 日(木)午前 10 時 30 分～11 時 15 分  
**【対象】** 1 歳 6 か月以上の幼児と保護者  
**【田園児童館 ☎ 552・3133】**  
 ・おはなしの日 21 日(木)午前 11 時～11 時 20 分  
**【対象】** 乳幼児と保護者  
 ・よちよちすくすくひろば 26 日(火)午前 10 時 30 分～正午  
**【対象】** 0、1 歳児と保護者  
 ・みんなのひろば 26 日(火)～28 日(木)午前 11 時～11 時 30 分  
**【対象】** 乳幼児と保護者

**【日時】** 5 月 7 日(土)午後 2 時～4 時ごろまで（この時間の中で、気軽にお立ち寄りください。）  
**【場所】** 市役所 1 階情報コーナー  
**【対象】** 高齢者・障害者やその家族など  
**【定員】** 先着 3 人（予約制）  
 ※初めての相談の方に限ります。相談内容は秘密厳守。  
**【申込み】** 4 月 18 日(月)から（日・祝日を除く午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分の間に）社会福祉協議会・成年後見センター 福生 ☎ 552・5027 へ。

### 児童館で遊ぼう！（4 月その 2）

**\*ひろば事業\***  
 乳幼児と保護者を対象とした子育て支援事業です。

**【問合せ】** 介護福祉課地域包括支援センター係 ☎ 551・1537

**▼成年後見制度相談**  
 成年後見制度を利用したいが、どうしたらよいかわからないときなどに、司法書士が相談に応じます。  
**【日時】** 5 月 12 日(木)午後 2 時～4 時  
**【場所】** 福祉センター相談室  
**【対象】** 高齢者・障害者やその家族など  
**【定員】** 先着 3 人（予約制）  
 ※初めての相談の方に限ります。相談内容は秘密厳守。  
**【申込み】** 4 月 18 日(月)から（日・祝日を除く午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分の間に）社会福祉協議会・成年後見センター 福生 ☎ 552・5027 へ。

**【問合せ】** 介護福祉課地域包括支援センター係 ☎ 551・1537

**【問合せ】** 介護福祉課地域包括支援センター係 ☎ 551・1537