

(高齢者介護予防教室) ※筋力向上トレーニング教室(接骨師会) 以外は定員になり次第、締切り。

教室名	目的	内容	日時	場所	定員	費用
筋力向上トレーニング教室	転倒骨折の防止及び加齢にともなう運動器の機能低下の予防・向上	健康運動指導士の指導による個人の身体状況などに応じたトレーニング	10月～12月の毎週火曜日(全12回)午前10時～正午	福祉センター2階理学療法室	先着15人	無料
筋力向上トレーニング教室(接骨師会)	同上	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	10月から1週間に1回程度(全12回)でおおむね3か月間	市と契約している各接骨院		無料
口腔機能(お口の機能)向上教室	食物を食べる、お話をする等の口腔機能低下の予防・向上	歯科衛生士等の口腔機能の重要性についてのお話、口腔清掃及び口腔体操の実技	10月～12月の木曜日(全6回)午前10時～11時30分	福祉センター2階作業療法室	先着15人	無料
栄養改善教室	老化にともなう筋力の低下と密接に関わる栄養状態の改善・維持	管理栄養士の栄養相談や調理実習など	10月～12月の火曜日(全8回)午前10時～正午	福祉センター2階調理実習室	先着15人	調理実習の材料費

高齢者介護予防教室
高齢者が住みなれた地域で元気に過ごし続けられるよう、介護予防を目的とした次の教室を実施します。ぜひご参加ください。

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(筋力向上トレーニング)については医師から運動制限を受けていないことも条件に含みます。

申し込み9月3日から事前に電話で申込みのうえ、印鑑を持参して介護福祉課高齢福祉係(本庁舎2階)へ。

敬老金・敬老記念品を贈呈します

市では、9月15日現在で77歳・88歳・99歳及び100歳以上の方に、ご長寿を祝い敬老記念品(商品券)を贈呈します。

- 敬老金
77歳 10,000円
88歳 20,000円
99歳 30,000円
100歳以上 50,000円
- 敬老記念品(商品券)
70歳 5,000円分
75歳 7,000円分
80歳 10,000円分
85歳 12,000円分
90歳 15,000円分
95歳 17,000円分
100歳以上 20,000円分

敬老大会を開催します
市では、高齢者を敬い、長寿を祝う敬老大会を開催します。

日時 9月17日(祝)午後1時～
場所 市民会館大ホール
内容 一部式典 一部演芸アトラクション
お笑いショー 他青空キユート(漫談)、小町雪乃(演歌) 歌謡ショー 青木光一
司会 青空キユート
問合せ 介護福祉課 高齢福祉係

都営交通無料乗車券の更新について
9月3日(月)から都営交通(都電、都バス、都営地下鉄)無料乗車券の更新ができません。平成19年9月30日までの無料乗車券をお持ちで、引き続き利用される方は更

新手続きにお越しください。また、新規申請される方については、随時手続きができません。
対象者 身体障害者・知的障害者・戦傷病者・原爆被爆者・生活保護受給世帯員・旧母子福祉年金受給世帯員・児童扶養手当受給世帯員・被介護者
申請に必要なもの
・対象者であることが証明できるもの(手帳、証明書、通知書等)
・現在お持ちの無料乗車券 ※昨年からの本人の証明写真は不要となりました。
問合せ 社会福祉課障害福祉係

東京都西多摩保健所主催のシンポジウム開催について
テーマ 自死遺族支援 私たちにもできること
日時 9月22日(土)正午開場、午後1時開始
場所 市民会館小ホール(JR青梅線牛浜駅東口下車徒歩5分)
対象 都民(先着200人)
申込み 平日の午前8時30分～午後5時に東京都西多摩保健所保健対策課 ☎042-822-6141へ。

保育が必要なときご利用ください
● 休日保育
保護者の仕事などで、家庭で保育することができないとき、お子さんをお預かりします。
保育日時 日曜日・祝日(年末年始除く)午前7時30分～午後6時30分
場所 福生保育園
対象 就学前の児童
保育料 児童1人につき1日2,500円
申込み 各保育園、保育室にお問い合わせください。
● 乳幼児シヨートステイ
保護者の方が病気、出産、看護、冠婚葬祭、心身のリフレッシュ等で、一時的に養育できないとき、短期間お子さんをお預かりします。

児童館で遊ぼう(9月その1)

田園児童館 ☎552-3133
◆おはなしのひろばエプロンシアター「グリーンマントのピーマンマン」他 5日(木)午前10時30分～11時 対象 幼児と保護者
◆よちよちすくすくひろば 11日(火)午前10時～正午 対象 0・1歳児の幼児と保護者
◆親子であそぼう「お月見だんごをつくろう!」18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 ※先着20組 持ち物 おしぼりタオル・水筒・持ち帰り用の容器・フォーク 材料費100円(申込み) 11日午前10時から窓口で受付。定員に満たない場合は午後1時から電話で受付。
※前回参加の方はご遠慮ください。

熊川児童館 ☎539-1515
◆ママといっしょ「3びきのこぶた」10日(月)午前10時30分～11時30分 対象 2歳以上の幼児と保護者 持ち物 うわばき・タオル・汚れてもよい服装
◆こぐまひろば「親子であそぼう」11日(火)午前10時～正午 対象 0・1歳児の幼児と保護者 ※お母さん同士の交流の場です。時間内で自由に遊びに来てください。当日は保健師が来館します。

武蔵野台児童館 ☎553-8822
◆わくわくひろば「牛乳パックで『ロープウェイ』を作ろう」4日(火)午前10時30分～11時30分 対象 2歳以上の幼児と保護者 持ち物 1,000mlの牛乳パック1個 ※当日、直接来てください。
◆遊具開放デー 6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 ※時間内で自由に遊びに来てください。
◆のびのびひろば 11日(火)午前10時～正午 対象 0・1歳児の幼児と保護者 ※お母さん同士の交流の場です。時間内で自由に遊びに来てください。当日は保健師が来館します。

日数1回につき原則として7日以内
場所 「東京恵明学園」(福生市役所から車で約12分、最寄り駅「小作駅」西口からバス又はタクシーで約5分)
☎0428-230241
対象 福生市に居住する生後3か月から小学校就学前の乳幼児
利用料金 宿泊保育4,000円(1日)、日中保育3,000円(11時間未満)
申込み 印鑑を持参の上、子ども家庭支援センターまたは子育て支援係へ。
※夜間、日曜日、祝日等緊急の場合は施設でも申込みができます。詳細についてはお問い合わせください。
問合せ 子育て支援係

義務教育就学児医療費助成制度のお知らせ
10月1日から小・中学生の医療費助成制度(マルチ医療証)が始まります。児童手当制度と同額の所得制限がありますが、医療保険の自己負担額3割のうち、2割が自己負担となり、1割を助成します。対象年齢の方へ5月下旬に申請用紙をお送りしましたが、申請がまだお済みでない方はお早めに申請してください。
10月1日以降に申請された場合、助成開始は申請日からとなりますので、ご注意ください。

小学生対象の事業は市ホームページで児童館で実施する小学生対象の事業は市ホームページの「健康と福祉」→「児童館」の各児童館のページに掲載しています。ぜひ、ご確認ください!