

リサイクル事業所 感謝セール

リサイクル事業所では、日ごろのご利用に感謝を込めて、家具類、食器類などを展示価格の30%引き、自転車を500円引きで販売するセールを開催します。割引対象にならない品物もありますので、セールの内容等詳しくは、お問い合わせください。

とき 12月13日(日) 午前9時～午後4時

問合せ リサイクル事業所 ☎042-382-7771

合同就職面接会・面接会対策セミナーを開催

東京しごとセンター多摩と近隣市との共催により、合同就職面接会と面接会対策セミナーを開催します。

〈面接会対策セミナー〉

とき ①12月8日(火) 午後2時～4時 ②16日(水) 午前10時～正午

内容 ①求人票を読み解く! 「自分にふさわしい会社の見分け方」②「合同就職面接会で年明け内定を目指そう!」

定員 各30人

申込方法 電話で、東京しごとセンター多摩へ。

〈合同就職面接会〉

とき 12月16日(水) 午後1時30分～4時30分

参加企業数 10社程度

その他 面接会は申し込み不要です。面接を希望する企業の数だけ履歴書をご持参ください。

◇共通◇

ところ 武蔵野スイングホール(武蔵野市境2-14-1)

問合せ 東京しごとセンター多摩 ☎042-329-4524

福祉のひろば

成人式を迎える障がいのある方に 祝品を贈呈

対象 平成7年4月2日～8年4月1日生まれの在宅の障がいのある方で、身体障害者手帳、愛の手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかをお持ちの方

申込 12月18日までに、いずれかの手帳を持参のうえ、直接、社会福祉協議会(福祉会館2階) ☎042-388-0294へ。

介護予防相談会

65歳以上の要支援・要介護認定を受けていない方に、健康づくりやもの忘れ予防に役立つ情報のご案内や相談を行います。

都知事表彰

民生委員・児童委員として、多年にわたり社会福祉の増進に貢献のあった次の方が、表彰されました。

受賞月日 11月18日

〈一般功労賞・在職10年以上〉

- 清水 洋氏 (緑町5丁目)
- 屋間 容子氏 (本町5丁目)
- 井川 妙子氏 (東町1丁目)
- 古宮 景子氏 (東町2丁目)
- 江原 由美子氏 (東町4丁目)



います。(1人30分程度)

とき・ところ等 左表のとおり

申込 12月1日から、電話で各地域包括支援センターへ。

対象地域	とき	ところ・申込先
本町6丁目、前原町、貫井南町	12/14(月) 10:00~12:00	小金井みなみ地域包括支援センター ☎042-388-8400
梶野町、関野町、緑町、本町2・3丁目、桜町1・3丁目	17(木) 13:30~15:00	小金井きた地域包括支援センター ☎042-388-2440
東町、中町、本町1丁目	17(木) 13:30~15:00	小金井ひがし地域包括支援センター ☎042-386-6514

さくら健康クラブ

1月からの利用者募集

作業療法士の指導のもと、転倒予防体操や筋力向上、体力測定などを行います。

とき 1月6日～3月30日の毎週水曜日午後1時30分～3時30分

ところ 桜町高齢者在宅サービスセンター

対象 市内在住で、65歳以上の要支援・要介護認定を受けていない方(市で実施する他の介護予防体操教室等の参加者を除く)

定員 15人(多数抽選)

申込 12月9日(必着)までに、往復はがきに住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を明記し、同センターへ。

「地域支援事業担当」(〒184-0005 桜町1-9-5) ☎042-381-0006へ。

定員 10人(申込順)

申込 12月1日～9日に、電話で権利擁護センター ☎042-388-0121へ。

親族後見人のついで

成年後見制度における親族後見人の方々の連絡会を開催します。

福祉等の内容が変わって、いざというときに苦勞したことや、財産の管理方法で迷っていることなどを情報交換しませんか。

匿名での参加もできます。

とき 12月11日(金) 午前10時～11時30分

ところ 福祉会館5階保健会場

シルバー人材センター

とき・費用等 左表のとおり

ところ シルバー人材センター(中町会議室(リサイクル事業所内))

講師 同センターパソコン班

対象 おおむね55歳以上の方

定員 各5人(申込順)

その他 ▽希望者が2人以下

パソコン教室

申し込みは中止します。▽希望者が定員を超えたコースでも、パソコン持ち込みで参加できる場合があります。詳しくはお問い合わせください。

申込 12月1日(開催日の4日前(土曜・日曜・祝日を除く))に、電話またはファクスで希望コース・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を同センター ☎042-388-6141 FAX ☎042-385-6241へ。

友愛活動員を募集中

ひとり暮らしまたは高齢者のみ世帯の方の話し相手や、日常生活の相談、福祉制度の説明等を行う友愛活動員を募集しています。

対象 市内在住の健康な方

謝礼(月額) 3千300円(交通費等を含む)

申込 ふれ愛センター ☎042-387-1234 または介護福祉課高齢福祉係 ☎042-387-9843へ。

講習名	日程	時間	費用(教材費含む)
Wordの初級	12/11(金)、18(金)	9:00~12:00	6,200円
Excelの初級	1/15(金)、22(金)		
個人教室	相談して決定します。		1,030円/時間(教材費は別途実費)
訪問レッスン			
CoCoサロン(パソコン趣味の講座)	毎月第2、4週の2回(火曜・木曜・土曜・日曜日のいずれか)	13:00~16:00	月4,200円
相談室	毎週月曜日(祝日を除く)	13:00~15:00	無料

※ パソコンはWindows7、Office2010を使用しますが、詳細はご相談ください。



健康ガイド

健康課健康係 ☎042-321-1240

◆健康課(保健センター) (貫井北町5-18-18)

◆福祉会館5階(保健会場) (中町4-15-14)

薬物乱用防止ポスター・標語展示会

東京都薬物乱用防止小金井地区推進協議会では、市内の中学生が作成した薬物乱用防止をテーマとするポスター25点および標語千500点の展示会を開催します。

とき 12月11日(金)～25日(金) 午前9時～午後10時(15日を除く。11日は正午から、18日と25日は正午まで)

※ ポスターは、11日～18日は一中・二中・緑中・南中・学芸大学附属小金井中学校・中央大学附属中学校の生徒の作品を、19日～25日は中央大学附属中学校の生徒の作品を展示します。

ところ 福祉会館1階ふれあいギャラリー

問合せ 健康課

離乳食教室

3回食への進め方

とき 1月14日(木) 午後1時30分～3時30分

ところ 保健センター2階

内容 管理栄養士・歯科衛生士による講義、試食など

対象 おおむね8～11か月の保護者

定員 18人(申込順)

その他 母子同室です。子ども連れの方は、申込時にお伝えください。

申込 12月1日から、電話で健康課へ。

も連れの方は、申込時にお伝えください。

申込 12月1日から、電話で健康課へ。

西親学級たんぽぽクラス(土曜日2日間コース)

とき 1月9日(土)、16日(土) 午前10時～午後1時

ところ 保健センター

内容 妊娠、出産、育児の話、妊婦体操、もく浴実習等

対象 おおむね16～27週の就労妊婦とパートナー(妊婦1人での参加も可)

定員 24組(申込順)

申込 12月1日から、電話で健康課へ。



健康メモ

救急医療について

救急医療機関には、軽症対応の一次から重傷者対応の三次までありますが、標榜科目は個々の医療機関の任意体制となっています。

このため夜間・休日は、患者さんに適切な診療機関が近隣にあるとは限りません。たとえば多摩地区では耳鼻科は1病院しかありません(これは唯一輪番制になっていますが、ここが手術・混雑等で閉鎖になると多摩地区では0になってしまいます)し、皮膚科や眼科・歯科などが1病院もないことはよくあります。内科・外科・脳外科・小児科は多くあるほうです。それでも腹痛で内科を受診しても、当直医師の専門が呼吸器であったり、受診の結果

さらに休日夜間には時間外加算料金がかりますし、救急車で遠くまで行った場合は帰りのタクシー代もかさむこととなります。したがってできるだけ平日日中の早めを受診することが、距離や診療内容、費用の点からは最善の方法となります。とはいってもどうしても症状がつかない時は、月曜の朝まで我慢されませんようお願いします。

小金井市医師会 菊地 隆文