

認知症サポーター 養成講座

認知症の人を正しく理解し、日常生活の中で見守りや適切な対応ができる力を身につけるための講座です。

時2月28日(金)午後1時30分～3時 所日生小規模多機能ホーム小金井(東町1-45-17) 対初めて本講座を受講する方定10人(申込順) 他▽参加者には認知症サポーターの証「オレンジリング」を差し上げます▽講座終了後希望者には施設見学の時間を設けます 申2月3日から、電話で小金井にし地域包括支援センター(☎042-386-7373)へ

高齢者いきいき活動 推進員募集

内講座企画、会場準備等 対市内在任の令和2年4月2日現在75歳未満の方定若干名(選考あり) 謝礼月額6千円申2月17日までに、直接、申込書(13日まで)社会福祉協議会(配布)に必要事項を明記し、同協議会(☎042-387-000

精神保健福祉 ボランティア 養成講座

心のやまいてなんだろう?

時2月21日(金)午後2時～4時 所市民会館・萌え木ホール(商工会館3階) 内講演会および市内ボランティア団体の紹介など 講高森信子さん(家族SSTリーダー) 定80人(申込順) 申2月3日から、電話または直接、小金井ボランティア・市民活動センター(社会福祉協議会内☎042-387-0011)

ひだまりカフェ — 明るく過ごすために

日ごろ認知症の方と相談や介護で関わっている専門職や介護経験者の方と運営していきます。認知症について不安のある方等、ぜひご参加ください。

時2月22日(土)午前10時30分～正午 所喫茶ウエスト(東町4-21-12) 講細井匠さん(理学療法士) 定15人(当日先着順) 同小金井ひがし地域包括支援センター(☎042-386-6514)

成年後見制度等 市民啓発講演会

「いざという時に困らない」相続税の基礎講座 時2月12日(水)午後1時30分～1時55分 所社会福祉協議会講馬場利明さん(税理士) 定50人(申込順) 申2月3日から、電話で権利擁護センター(☎042-386-0121)へ



子育て支援 一円貨募金運動にご協力

この事業は、毎年2月に実施し、社会福祉協議会で受け付けています。

市民の皆さんから寄せられた寄付金は、交通事故・自然災害などで一家の働き手を失った市内の18歳以下の遺児への支援金や、子育て・子育て支援事業に活用させていただきます。



相続・遺言・ 成年後見制度相談会

時2月2日(日)午後1時30分から 所JR武蔵小金井駅・東小金井駅 社会福祉協議会(☎042-387-0011)

相続等で不明な点などを、司法書士が相談に応じます。

シルバー人材センター・ パソコン・ タブレット教室

所シルバー人材センター中町会議室(リサイクル事業所内) 講同センターパソコン班定各5人他希望者が定数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 申開催日の4日前(土曜・日曜・祝日を除く)までに、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(☎042-383-6141 FAX 042-385-6241)へ

講習名	日程	講習時間	費用 (教材費含む)
スマホ入門講座 ※スマートフォン、 タブレット端末をお持ちください	2/14(金)	9:00~ 12:00	3,590円/回 (教材費込)
	/21(金)		
	3/6(金)		
個人教室	相談して決定します	1,500円/時間 (教材費は別途実費)	2,500円/時間
訪問レッスン			
初期設定、トラブル対応			
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・土曜日のいずれか)	13:00~ 16:00	月5,000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Windows10、Office2019を使用しますが、詳細はご相談ください 訪問レッスン、初期設定、トラブル対応は出張料が別途かかります

地域包括ケア実践交流会 お元気サミットin小金井

みんなで創る・あなたとつながる・わたしのまち

認知症や介護が必要な状態になっても、住み慣れた地域で自分らしく暮らせるまちや仕組みを構築するための取り組みを小金井 宮地楽器ホールで行います。 問介護福祉課包括支援係(☎042-387-9845)

とき	ところ	テーマ	内容	講師等	定員 (当日先着順)
2/20(木)	小ホール	介護予防	講演「オールフレイルって知ってますか?—いつまでも元気に暮らす秘策お教えします」	講菊谷武さん(日本歯科大学口腔リハビリテーション多摩クリニック院長)	150人
			小金井さくら体操実演・講演	講小金井リハビリテーション連絡会	各80人
	マルチパーパススペース	測定会(骨密度、血管年齢、握力、体組成、足指力、リハビリ相談)			
2/21(金)	小ホール	在宅医療・介護連携	パネルディスカッション「人生100年時代」を考える—在宅か施設か、介護の“場所”を選ぶときに大切なこと	■パネリスト 富永智一さん(小金井ファミリークリニック医師)、市内介護関係者	各150人
			発表、うたごえサロン	■出演 つきみのサロン参加者	50人
	小ホール	生活支援	近隣助け合い体験ゲーム	講市職員ほか	150人 ※事前申込優先
			講演「認知症とともに生きる—認知症になったら終わりなんて言わせない」	講丹野智文さん(おれんじドア代表)	80人
マルチパーパススペース	介護予防	介護予防相談会	講地域包括支援センター職員ほか		

時2月18日(火)午前10時～午後3時(9時30分開場) 所社会福祉協議会定24人(申込順) 申2月3日から、電話で権利擁護センター(☎042-386-1211)へ

現在、重度心身障害者手当を受けている方は、現況届を提出しないと手当が受けられなくなりますので、ご注意ください。

ゲートキーパー養成研修 「死にたい」と言われたら — 私たちができること

身近な人から死にたいと言われたら、あなたはどうしますか。まず、私たちに何ができるか、一緒に学びませんか。 時2月18日(火)午後6時30分～8時30分 所市民会館・萌え木ホール(商工会館3階) 講認定NPO法人東京多摩摩いのちの電話研修担当定50人 他▽手話通訳あり(要事前申込)▽会場に空きがある場合は、当日参加も受け付けます 申2月14日までに、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 FAX 042-384-2524)へ