

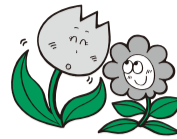
福祉のひろば

地域とつながるアウトドア

「けあ」スタンプラリー!

家族介護者と要介護者が一緒に、スタンプラリーを通して地域とつながるイベントです。

時12月11日(月)午前9時50分～正午所あいたい屋駐車場(本町2-9-11) 対家族介護者と要介護者 ¥500円 申11月30日まで、電話で介護福祉課包括支援係 ☎042-387-9845)へ



シニア運動教室

時①11月30日～12月21日の毎週木曜日午後2時30分～3時30分(全4回) ②12月1日～22日の毎週金曜日午前11時30分～午後0時30分(全4回) 所メガロス武蔵小金井(緑町5-3-24) 内筋力・柔軟性等を高める運動 市内在住で、一人で運動可能な65歳以上の方(初めての方優先) 定各5人(いずれも多数抽選) 申11月21日(必着)までに、往復はがきまたはEメール(いずれも一人一通)に住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・希望コース(①②のいずれか)を明記し、介護福祉課包括支援係(〒184-8

シニアのためのスマホ相談会

時12月5日(火)午後1時～4時 所東小金井駅開設記念会館・マロンホール 市内在住の60歳以上の方 申当日直接会場へ 問都スマートフォン普及啓発事業事務局 ☎050-5536-6049 土曜・日曜・祝日・年末年始を除く 午前9時～午後5時、市介護福祉課包括支援係 ☎042-387-9845)へ



シルバーのための健康講座「歌と笑いで心に栄養を！」

時12月4日(月)午後2時～4時 所小金井 宮地楽器ホール 小ホール 内シルバー人材センターの紹介および歌謡と母娘環境漫才 出演林家まる子・カレイ子(漫才師)、香山(歌手) 市内在住の60歳以上で、同センターに入会して就業することに関心のある方および同センター会員 定100人(申込順) 申11月15日から、電話で同センター ☎0422-27-7117)へ

市難病者福祉手当を支給11月期分(8～11月該当分)

振込日11月30日(木) 振込日以降、通帳でお確かめください。金融機関によっては2・3日遅れる場合があります。

ります。

次のような場合は、ご連絡ください。▽振込日以降、7日を過ぎても振り込まれない場合▽氏名または住所、口座を変更した場合▽施設に入所した場合▽疾病状況が変化した場合▽手当を辞退する場合 問自立生活支援課障害福祉係 ☎042-387-9842)へ

歳末たすけあい運動にご協力を

今年も全国一斉に12月1日から歳末たすけあい運動が始まります。

この運動は、市内の町会・自治会を中心として行われ、民生・児童委員協議会にもご協力いただいています。

昨年は皆様のご協力により、募金額は約88万円に達しました。募金は見舞品・祝金として88世帯にお渡ししたほか、地域福祉事業に活用させていただきます。

誰もが暮らしやすい福祉のまちづくりを進めるために、皆様のご協力をお願いします。

す。

■目標額600万円 ■期間12月1日(金)～28日(木) ■募金方法市内各地域の地区委員が各家庭に呼びかけるほか、社会福祉協議会で受け付けます ■使途在宅要介護者世帯見舞品、二十歳を迎える在宅障害者祝品および地域福祉活動費として幅広く活用させていただきます 問社会福祉協議会 ☎042-386-0294)へ



健康ガイド

健康課(保健センター)
☎042-321-1240
〒184-0015
貫井北町5-18-18

こどもクッキング

時12月21日(木)午前10時～正午 所保健センター 内栄養講義と調理体験 対2～3歳児と保護者(初めての方優先) 定

6組(申込順) 申11月15日から、電話で健康課へ



12月の乳幼児・産婦健康診査

対象の方には、案内状を郵送してまいりますので、届かない方は、ご連絡ください。 対令和5年8月生まれの乳児と母親、令和4年5月生まれの乳児、令和2年11月生まれの乳児 問健康課

結核検診

時12月1日(金)、2日(土)、4日(月)▽男性 午前9時～9時50分、午後1時30分～1時55分▽女性 午前10時5分～11時20分、午後2時10分～3時(男女とも1日は午後のみ) 所保健センター 内胸部レントゲン直接撮影 対令和6年3月31日現在16歳以上の方 申当日直接会場へ 問健康課

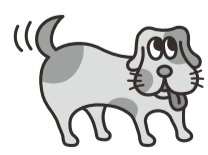
愛の献血

時12月3日(日)午前10時～11時30分、午後1時～4時 所JR武蔵小金井駅南口コミュニティ広場(フェスティバルコート) 対16～64歳の方 ※60～64歳に献血経験のある方は、69歳まで献血することができます 実施団体東京都赤十字血液センター 問健康課



犬を飼っている方へ

犬を飼っている方には、犬の登録と毎年1回(原則4～6月)の狂犬病予防注射が義務付けられています。



12月の各種事業案内

	とき	ところ	内容
乳幼児健康相談 (のびのび広場相談)	12月6日(水) 13:30～15:00	公民館貫井南分館	▷身体測定、育児および保健・栄養相談・母乳相談 ▷歯科相談(保健センター・公民館東分館のみ実施) 問乳幼児、妊産婦
	12月7日(木) 9:30～11:00	保健センター	
	12月8日(金) 13:30～15:00	婦人会館	
	12月18日(月) 13:30～15:00	桜町上水会館	
	12月21日(木) 13:30～15:00	公民館東分館	
栄養相談 (管理栄養士)	12月8日(金) 13:30～15:30	保健センター	▷食生活で気になること、離乳食など ▷要予約

※保健師・管理栄養士・歯科衛生士による電話相談は随時受け付けます