

5月のおれんじCafe

☎認知症の方やその家族、地域の方
¥100円

おれんじCafeにんじん

☎8日・15日・29日(水)午後1時～4時
☎場リハセンターにんじん・健康の駅(西元町2-16-34)
☎☎(042)322-7706

おれんじCafeサンライト

☎7日・14日・28日(火)午後1時～4時
☎場特別養護老人ホームサンライト(西町1-31-2)
☎☎(042)595-7351

→高齢福祉課☎(042)321-1301

成年後見制度 無料個別相談会

5月2日(休)
午後1時30分～4時30分
リオンホール
(cocobunji WEST5階)

弁護士・司法書士・社会福祉士・権利擁護センターの職員などが、申し立てを検討している方やすでに受任中の親族後見人の方などの相談に応じます。

☎定15人 ¥無料 ☎申4月16日(火)午前9時から権利擁護センターこくぶんじ ☎☎(042)580-0570へ ※先着順 ☎注相談は1人45分以内
→地域共生推進課(内566)

健康 障害者

高齢者

ごみ・リサイクル

障害者

栄養講座

運動時の栄養のとおり方
運動効果上がる食べ方のポイント

5月21日(火)午後2時～3時30分
いずみプラザ

子どもは成長に、大人は健康な体につながる食べ方のポイントを、管理栄養士が楽しく分かりやすく話します。簡単・おいしい料理の試食もあります。
☎定40人 ¥無料 ☎申4月16日(火)午前9時から電話で健康推進課へ ※先着順 ☎物筆記用具・飲み物
↓健康推進課☎042・321・1801

生活習慣病予防

なりたい自分を目標して
新生活習慣提案セミナー

5月25日(土)午前10時～11時30分
市民スポーツセンター

5分でできる効果的なエクササイズを、専門家が楽しく分かりやすく伝えます。
☎市内在住・在勤・在学の方 ☎健康運動指導士 ☎定40人 ¥無料 ☎申4月16日(火)午前9時から電話で健康推進課へ ※先着順。特定保健指導の案内が届いた方優先 ☎物筆記用具・飲み物・室内用運動靴・汗拭きタオル ☎注動きやすい服装で参加
↓健康推進課☎042・321・1801

障害者

地域活動支援センター

地域活動支援センター
つばさから
参加者募集

☎共通事項 ☎場市障害者センター
☎地域活動支援センターつばさ ☎☎042・321・1136 ☎FAX042・321・1207

パシオン広場

☎5月7日～7月30日の火曜日午前10時～正午(全13回) ☎定15人 ☎市内在住の18歳以上で障害のある方や難病の方 ※特別な介助や送迎が必要な方を除く ☎申4月16日(火)～25日(木)に、電話・フ

市役所への申し込み・問い合わせの時間は、特記がない場合は月～金曜日午前8時30分～午後5時(正午～午後1時を除く)の受付となります。

創業個別相談会

5月9日・23日(木)

☎午後1時～5時 ※相談時間は1人1時間 ☎場市役所第3庁舎2階会議室 ☎創業者を考えている方、創業後5年未満の方 ☎定4人 ¥無料 ☎申4月17日(水)から電話で経済課へ ※先着順
→経済課(内396)

ごみ・リサイクル

大型連休中も

ごみ・資源物の収集を行います

4月27日(土)～5月6日(振休)のごみ・資源物の収集は、通常どおり行います。なお、清掃センターへのごみ・資源物の持ち込みの受け入れはできません。
↓環境対策課☎042・300・5300

家庭ごみ有料袋の減免申請一斉受け付け

4月1日現在で家庭ごみ有料袋の減免対象となる世帯主の方へ、4月下旬に申請書を郵送します。5月31日(金)までに下表の会場で申請してください。
☎①生活保護受給世帯 ☎②児童扶養手当受給世帯 ☎③特別児童扶養手当受給世帯 ☎④遺族基礎年金(旧母子福祉年金等)受給世帯(旧母子福祉年金等)受給世帯
⑤身体障害者手帳1級・2級、愛の手帳1度・2度、精神障害者保健福祉手帳1級で、住民税が非課税の世帯 ☎⑥全員が満75歳以上で、住民税が非課税の世帯
☎注4月2日以降に対象となった方は環境対策課へお問い合わせください

地域包括支援センターのイベント

家族介護者交流会

知っているようで知らない介護保険

4月25日(木)午後2時～3時30分
国分寺ひかり診療所3階(光町3-13-34)
※当日直接会場へ。入退場自由

日頃の悩みなどの交流の場として介護保険に関する相談・質問に答えます
☎家族を介護されている方や本人、興味のある方
¥無料
☎地域包括支援センターひかり ☎☎(042)573-4058
→高齢福祉課☎(042)321-1301

☎タロカがやき事業
☎①第1土曜日午後3時～5時
☎②第2土曜日午後1時～3時 ☎対

市内在住の障害がある方で、すべての日程に参加できる、自力での通所が可能な方 ☎①プレイス楽・健・愛 ☎元気で楽しい生活を目指し、仲間と一緒に学び合います ☎②WRAPグループ ☎自分らしく元気に生活するためにできることを、仲間と一緒にリスト化します ☎定各10人程度 ¥①実費 ☎②無料 ☎申4月26日(金)までに電話またはファクスで地域活動支援センターつばさへ ※多数の場合抽選。初めての方優先 ☎注利用登録と面談が必要
↓障害福祉課(内344)

同時開催 ぬいぐるみかばん・靴・ベルト類・食用油の拠点収集・分別相談

下表の会場で、拠点収集・分別相談を実施します。不要になったぬいぐるみやかばんなどをお持ちください。

家庭ごみ有料袋の減免申請と拠点収集・分別相談日程

会場	受け付け日(5月)	時間	
常設	清掃センター	1日(祝)～31日(金) ※土・日曜日、6日(振休)を除く	午前8時30分～午後5時15分
		7日(火)・8日(水) 27日(月)・28日(火)	
特設	市役所プレハブ 会議室第1	13日(月)・14日(火)	午前9時15分～午後5時
	本多公民館	15日(水)	
	もとまち公民館	16日(木)	
	いずみプラザ	20日(月)	
	内藤地域センター	21日(火)・22日(水)	
	ひかりプラザ	23日(木)	
	西町地域センター	24日(金)	

☎注車での来場はご遠慮ください

リサイクルコーナー

→ごみ減量推進課☎(042)300-5303

譲ってください オープントースター、学習机、ベビーゲート、ギター、大人用自転車
譲ります 電気ストーブ、シングルベッド、座いす、ハンディマッサージ、ヘアメイク機、液晶テレビ(リモコン無し)、和ダンス、折り畳みいす(5脚)、折り畳みテーブル、衣装ケース(ブリキ製)、ベビーベッド、水槽、人形ケース

譲渡は無料です。当事者間でやり取りしてください。詳しくは電話でお問い合わせください

4月28日(日)午前10時～正午
家具販売会
場ストックヤード(西元町2-9-6)
※荒天中止/駐車場数台あり/配送不可

減免申請 ↓ 環境対策課 ☎042・300・5300
拠点収集・分別相談 ↓ ごみ減量推進課 ☎042・300・5300