

受講者は1,800人超 市民防災まちづくり学校受講者募集

市民一人ひとりが防災を学び、いざという時に自分自身や家族・近隣住民を守り、助け合える環境づくりを進めることを目的に毎年開講しています。

受講日下表参照

対 防災に興味のある方、防災を学び直したい方
定 40人

¥ 無料 ※ 上級救命講習テキスト代2,600円は自己負担

申 5月8日(水)午前9時から電話または直接防災安全課(市役所第4庁舎)へ ※ 先着順

募集チラシ配布 防災安全課、各公民館・図書館・地域センター・地域包括支援センター、福祉センター、ひかりプラザ、いずみプラザ、けやきスポーツセンターで

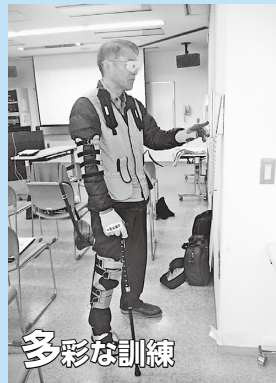
単科受講者の募集 [下表(★)の講座を除く]

定 各回5人 ※ 上級救命講習は20人

申 各回の開催1か月前までに電話または直接防災安全課へ

知識・技術共に 防災力の向上が期待できます

障害のある方や外国人との災害時コミュニケーション訓練、認知症サポーター養成講座や上級救命講習など、より実践的な講座を多く実施しています。



多彩な訓練

▲要配慮者疑似体験



さまざまな施設見学

災害危険地図作成▶

◀都水道局北町第二浄水所で
スタンドパイプ設置訓練



グループディスカッション

受講スケジュール 注6月15日(土)・令和2年2月16日(日)は午前のみ。そのほかは午前・午後

開講日	会場	講座テーマ	内容	開講日	会場	講座テーマ	内容	開講日	会場	講座テーマ	内容
6月15日(土)	市役所	開講式 国分寺市の防災体制	開講式・ガイダンス(★)、市の防災対策、防災まちづくりの取り組み	8月17日(土)	本多公民館	自助力Ⅲ	上級救命講習	12月7日(土)	十小・福祉センター	避難所運営体験	資機材操作体験、HUG(避難所運営ゲーム)、非常食試食体験
29日(土)	本多公民館	我が町の現状を知る	まちあるきの取り組み、防災マップの基本、まち歩き、防災マップづくり	10月9日(水)	清掃センター・市役所	災害時のインフラⅡ 共助力Ⅰ	災害と下水道、災害時のごみ処理、清掃センター見学、災害とガス、社会福祉協議会の役割、クロスロードゲーム、障害と防災、要支援者支援制度	令和2年1月25日(土)	ひかりプラザ	共助力まとめ	地区防災計画概要、防災まちづくり推進地区の地区防災計画、三角巾・ロープワーク、市民防災推進委員とのグループディスカッション(★)
7月13日(土)	国分寺消防署	国分寺市の消防対策 自助力Ⅰ	国分寺消防署の紹介(講義・実技)、防災体操、通電火災対策、市消防団の紹介	19日(土)	本多公民館	共助力Ⅱ	多様性への配慮と地域の人材の活用、ペットと防災、外国人と防災	2月16日(日)	市役所	閉講式	ガイダンス・最終確認テスト(★)、閉講式(★)
31日(水)	市役所・立川防災館	災害時のインフラⅠ 自助力Ⅱ	立川防災館見学(★)、災害と下水道(★)、市内防災施設車窓ツアー(★)	11月16日(土)	市役所	共助力Ⅲ	認知症サポーター養成講座、地域包括支援センター紹介、要配慮者体験、障害者と防災、三角巾・ロープワーク	※このほかに補講あり →防災安全課(内511)			

今月の介護認定(更新・申請)

対象	認定有効期間 6月30日(日)までの方
更新申請	5月7日(火)～
新規申請 区分変更	随時受け付け

※認定有効期間が5月31日(金)までの方は、早めに手続きをしてください

■手続き 郵送されている申請書を記入のうえ、申請窓口へ(郵送も可)
■申請窓口 高齢福祉課(いずみプラザ)、高齢福祉課窓口(市役所第2庁舎)、地域包括支援センターもとまち・こいがくぼ・ほんだ・ひかり・ひよし・なみき
→高齢福祉課☎(042)321-1301

5月の出張相談(高齢者) →高齢福祉課☎(042)321-1301

開催日	時間(午後)	会場※当日直接会場へ	問い合わせ☎(042)
9日(木)		生きがいセンターもとまち	地域包括支援センター もとまち☎401-0035
10日(金)	1時30分～3時30分	福祉センター	ひよし☎300-1405
13日(月)		生きがいセンターにしまち	ひかり☎573-4058
15日(水)	2時～3時30分	並木公民館	なみき☎300-3702
16日(木)		北の原地域センター	ほんだ☎300-2339
21日(火)	1時30分～3時30分	生きがいセンターこいがくぼ	こいがくぼ☎300-6024

地域包括支援センターのイベント

共通事項 ¥無料 →高齢福祉課☎(042)321-1301

家族介護者交流会 自宅で暮らすための介護・医療の利用を考えよう 5月11日(土)午後1時30分～3時30分 特別養護老人ホームうれしの里(日吉町4-32-6)※当日直接会場へ 自分が年齢を重ねてきた時や、家族の介護が必要になった時の、在宅生活での工夫や福祉・医療制度の活用方法を話し合しましょう 対 市内在住の方 問 地域包括支援センターひよし☎(042)300-1405	地域で取り組むフレイル予防元氣力おためし会(体力測定会) 5月14日(火)午後2時30分～4時(受付=3時30分まで) 西町プラザ※当日直接会場へ 自分では気づきにくい老化のサインを、介護予防シートと測定(握力・5m歩行時間・片足立ち時間)でチェックしてみませんか 対 市内在住の方 問 地域包括支援センターひかり☎(042)573-4058 注 動きやすい服装・靴で参加
介護予防教室 自分の体を知って取り組む介護予防(フットケアを学びましょう) 5月22日(水)午前10時～11時30分 地域包括支援センターほんだ	こいがくぼサロン介護予防教室 若さは指先から(ハンドマッサージ&ネイル体験) 5月22日(水)午後2時～4時 イリーゼ西国分寺(泉町3-37-20) ハンドマッサージとネイルで毎日の生活にメリハリと潤いを与えフレイル予防をしましょう 対 市内在住でおおむね65歳以上の方 講 理美容学校講師 定 30人 申 5月7日(火)から電話で地域包括支援センターこいがくぼ☎(042)300-6024へ ※先着順 物 お使いのハンドクリーム・上履き タオル

振り込め詐欺などの特殊詐欺被害防止のために

特殊詐欺等対策電話機 購入費用の一部を補助

特殊詐欺等対策電話機(*)を購入した方で、条件を満たしている方に限り、購入費用の一部を補助します。
(*)自動通話録音機能と自動で相手に録音することを伝える機能が備わった電話機

平成30年の市内の特殊詐欺被害
25件・約1,288万円

対 特殊詐欺等対策電話機を購入した市内在住の65歳以上の方 ※自動通話録音機の貸与、特殊詐欺等対策電話機購入補助を受けている方を除く

補助額 購入費用の2分の1 ※上限5,000円

申 所定の申請書と必要書類を直接防災安全課(市役所第4庁舎)へ

申請書配布 防災安全課・市公共施設 ※市HPからダウンロード可

注 自動通話録音機能が機能しているかを確認しますので、購入した電話機を設置後に申請してください

○4月1日以降に購入したものが対象です

→防災安全課(内357)

防災まちづくり学校

高齢者

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。