

地域包括支援センターのイベント

→高齢福祉課☎(042)321-1301

| | |
|---|---|
| 介護予防教室 耳からはじめる介護予防 6月15日(土)午後1時30分～3時 特別養護老人ホームうれしのの里(日吉町4-32-6) 聴力の低下は、コミュニケーション上のトラブルや認知症のリスクが高くなるといわれています。難聴の理解を深めてみませんか ☎市内在住でおおむね65歳以上の方 講 医療機器販売会社職員 定25人 ¥無料 申6月3日(月)から電話で地域包括支援センターひよし☎(042)300-1405へ※先着順 | 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 6月8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います ☎市内在住の方 ¥無料 ☎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 元気力おためし会(体力測定会) 6月19日(水)午後2時～4時30分(受付=4時まで) 並木公民館※当日直接会場へ 自分では気づきにくい老化のサインを、簡単な問診と測定(握力・片足立ち時間・5m歩行時間)でチェックしてみませんか ☎市内在住の方 ¥無料 ☎地域包括支援センターなみき☎(042)300-3702 注動きやすい服装・靴で参加 | 家族介護者交流会 見学してみませんか、施設&オレンジカフェ 6月19日(水)午後2時30分～4時 にんじん健康ひろば(西元町2-16-40)(玄関前集合) 施設がどんな所か見てみたいけど機会がない、一人で見に行っても何を聞いていいかわからないという方におすす。介護老人保健施設やデイケアなどを見学後、オレンジカフェと一緒に話しませんか ☎市内在住で介護を受けているおおむね65歳以上の方やその家族 講清水桂司さん(介護老人保健施設にんじん健康ひろば副施設長) 定5人 ¥100円 申6月3日(月)から電話で地域包括支援センターもとまち☎(042)401-0035へ※先着順 |
| 仲間と一緒に取り組む介護予防 集いの場10の筋トレ体験・説明会 6月24日(月)午後2時～3時30分 もとまち地域センター※当日直接会場へ 介護予防を目的として考案された暮らしを拡げる10の筋力トレーニングに取り組む集いの場と健康作りに関して説明します。筋トレの一部体験あり ☎市内在住の方 ¥無料 ☎地域包括支援センターもとまち☎(042)401-0035 注動きやすい服装で参加 | オールデイズカフェ (懐かしき時代を語り合おう) 6月26日(水)午後2時～4時 恋ヶ窪公民館 市の昔懐かしき写真を見ながら思い出を語り合おう ☎市内在住の方 定30人 ¥無料 申6月3日(月)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 |

| 6月の出張相談(高齢者) | | | |
|--------------|-------------|------------------------|----------------|
| 開催日 | 時間(午後) | 会場※当日直接会場へ | 問い合わせ☎(042) |
| 3日(月) | 1時30分～3時30分 | 生きがいセンターにしまち | ひかり☎573-4058 |
| 13日(木) | 2時～3時30分 | 本町・南町地域センター | もとまち☎401-0035 |
| | | 北町地域センター | なみき☎300-3702 |
| 14日(金) | 1時30分～3時30分 | 内藤地域センター | ひよし☎300-1405 |
| 18日(火) | | 生きがいセンターこいがくぼ | こいがくぼ☎300-6024 |
| 20日(木) | | 国分寺診療所(本町4-12-14)3階面談室 | ほんだ☎300-2339 |

市への苦情の解決にオンブズパーソン制度の活用を

オンブズパーソンは市民の皆さんの市政に関する苦情を、公正・中立な立場で迅速に処理します。月4回の面談日(毎月1日号に掲載)に、直接オンブズパーソンへ相談することもできます。

→オンブズパーソン事務局(内559)

申立てできる苦情は

市の機関が行っている業務の執行や、これに関連する職員の行為に対し、自分自身の利害に関して、不当・不適切などと感じた事項に対して申立てができます。ただし、苦情の内容が発生した日から1年を過ぎたものや、裁判で確定した事項などは除きます。

平成30年度 オンブズパーソン運営状況一覧

■処理区分①苦情申立ての趣旨に沿えなかった②調査を中止・打ち切った③調査しないとした

| 処理区分 | 件名(所管課) |
|------|---------------------------|
| ① | 保育所の入所手続に関して(子ども子育てサービス課) |
| | 違法増築の建物に関して(建築指導課) |
| | 公聴会の不開催に関して(まちづくり計画課) |
| ② | カーブミラーの設置に関して(道路管理課) |
| ③ | 任用期間の更新に関して |

苦情の申立方法は

庁舎など主な市の施設に備え付けてある苦情申立書に必要事項を記入し、オンブズパーソン事務局へ提出してください。郵送でも受け付けます。申立書は市HPからダウンロードできます。

オンブズパーソンに小柴一真さんが就任

小柴さんから一言

私は、現在、都内の法律事務所の代表弁護士として活動しています。国分寺市には、仲の良い知人がいたり、古くは私の母親が学生時代に居住していたりと、何かと縁を感じています。オンブズパーソンとして、この職務の

重要性を念頭に、これまでの弁護士活動の経験を生かし、公平な視点から活動を行い、市民の皆さんと市、双方の力になりたいと考えています。これから任期満了までどうぞよろしくお願い致します。



小柴一真さん

第2期介護予防マシン筋力トレーニング事業

高齢者向け運動機器を使った体作りを通して、元気で豊かな生活を送るため、介護予防を実践してみませんか。介護予防運動指導員などが運動機器の使い方の説明、サポートをします。初めての方や、体力に自信がない方でも自分に合ったトレーニングができます。



| | | |
|-------------|--|--|
| 対 象 | 次のすべてを満たす方 ①市内在住で8月1日(木)現在65歳以上の方 ②実施施設まで通所できる方 ③トレーニングをするうえでの身体の支障や医師からの禁止を受けていない方 ※要介護認定を受けている方、要支援認定を受け予防給付または介護予防・生活支援サービス事業における通所型のサービスを受けている方を除く | |
| 場 所・定員 | 場ニチイケアセンターはあときたまち(北町4-5-4)またはさわやかプラザもとまち 定各24人 | |
| 期 間 | 8月～11月※利用期間終了で卒業 | |
| 日 時 | 原則木曜日午前9時～午後4時のうち3時間(利用時間は1人90分まで)※詳しい利用時間は、利用決定後に各施設の担当から連絡 | |
| 料 金 | 300円/回※住民税非課税世帯・生活保護受給者は軽減 | |
| 申 込 方 法 | 申請書に記入のうえ、直接高齢福祉課(いずみプラザ内・市役所第2庁舎)または最寄りの地域包括支援センター、各施設の委託先事業者へ※多数の場合抽選 印鑑 | |
| 申 請 書 配 布 | 各申し込み先で※市HPからダウンロード可 | |
| 締 切 期 (必 着) | 初日からの利用を希望する場合 | 7月16日(火) |
| | 期間の途中からの申し込みの場合 | 毎月15日(土・日曜日、祝日の場合は翌平日)※原則翌月の最初の開催日から利用。希望の施設が定員に達している場合、次の期からの利用 |
| 注 意 事 項 | 送迎はありません/利用開始前1年以内に健康診査を受けてください/利用者に付き添っての指導は行いません | |

→高齢福祉課☎(042)321-1301

今月の介護認定(更新・申請)

| | |
|-----------------|---------------------|
| 対 象 | 認定有効期間 7月31日(水)までの方 |
| 更 新 申 請 | 6月3日(月)～ |
| 新 規 申 請 区 分 変 更 | 随時受け付け |

※認定有効期間が6月30日(日)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

認知症サポーター養成講座

6月22日(土)午後2時30分～4時
訪問介護ことり(東元町2-18-16)

認知症の正しい知識を持ち、認知症の方や家族を温かく見守る応援者(サポーター)になりませんか。

☎市内在住・在勤・在活の方
講 地域包括支援センターもとまち職員
定10人 ¥無料
申6月3日(月)から地域包括支援センターもとまち☎(042)401-0035へ※先着順

→健康推進課☎(042)321-1801