開催

米寿（88歳）を祝う会

対象となる方には案内を送付しました。参加を希望する方は、案内に同封のはがきに必要事項を記入し、8月20日（必着）までに返送してください。

日時 9月16日（祝）の午前10時30分～正午　**場所** FOSTERホール（市民会館）　**対象** 昭和10年9月16日～11年9月15日生まれの方　〈高齢者支援係〉

元気歯つらつ健口講座

安全で楽しい食生活を目指し、口腔（くう）体操で噛（か）む力・飲み込む力を向上して誤嚥（えん）性肺炎を予防しましょう。　**日時** 9月24日～11月5日の火曜日（10月22日を除く／全6回）の午前9時30分～11時30分　**場所** あいぽっく　**対象** 65歳以上の方　**定員** 20人（申込順）　**申込** 8月1日から歯科医師会事務所☎546-0067（平日の午前10時～午後4時）へ　〈高齢者支援係〉

骨密度測定

日時 10月2日（水）、11月5日（火）の午前9時15分～11時15分　**場所** あいぽっく　**対象** 18歳以上の方※骨粗しょう症で治療中の方を除く　**内容** 骨密度測定、保健・栄養指導など　※素足で測定　**定員** 各40人（初めての方優先／多数抽選）　**申込** 8月5日～9日に地域保健係（あいぽっく内）☎544-5126へ

あきしま元気アップ教室

高齢者介護予防通所サービスとして、左の表のとおり行います（初めての方は面談あり）。　**期間** 10月～12月　**場所** あいぽっく　**対象** 65歳以上の方※要支援・要介護認定を受けている方、介護予防・日常生活支援総合事業対象者を除く　**定員** 各15人（多数抽選）　**参加費** 1回250円　**申込** はがきに「あきしま元気アップ教室」、希望コースの番号・名称（ひとつのみ）と、住所・氏名・生年月日・電話番号を記入し、8月7日（消印有効）までに〒196-0015昭和町4-7-1　あいぽっくあすはの会事務室へ　※1人1通のみ　**問い合わせ** 同会事務室☎544-5033へ（介護福祉課）

▼あきしま元気アップ教室のコース

	午前の部 10時30分から	午後の部 1時30分から
月	①マシントレーニング	⑧筋力アップ体操 ⑨はつらつ音楽教室
火	②筋力アップ体操 ③はつらつ音楽教室	⑩マシントレーニング
水	④マシントレーニング	⑪マシントレーニング
木	⑤マシントレーニング	⑫筋力アップ体操 ⑬はつらつ音楽教室
金	⑥筋力アップ体操 ⑦はつらつ音楽教室	⑭筋力アップ体操

出張ひろば

遊びながら親子で交流しましょう。パネルシアター、歌の時間もあります。育児相談もできます（申込不要）。　**日時** 8月16日（金）の午前10時～11時30分　**場所** 武蔵野会館　**対象** 0～3歳のお子さんと保護者　〈子育てひろばなしのき☎543-6716〉

乳幼児歯科健診

日時 8月19日（月）・22日（木）、9月2日（月）の午後1時15分～3時5分、9月5日（木）の午前9時15分～11時20分　※1人5分　**場所** あいぽっく　**対象** 健診を初めて利用する1歳～3歳6か月児　**申込** 8月2日から母子保健係（あいぽっく内）☎543-7303へ

生花で遊ぼう 子ども花育

花育とは、花や緑に親しむ機会を通して、豊かな心を育むことです。モールやピックも使って、工作のように花を生けます。　**日時** 8月26日（月）の午後2時～2時55分、午後3時～3時55分　**場所** アキシマエンシス校舎棟　**対象** 未就学児～小学生（未就学児は保護者同伴）　**定員** 各5人（多数抽選）　**参加費** 1000円　**申込** 8月8日までに社会教育係へ

離乳食講座

日時 8月27日（火）の午後1時15分～2時15分　**場所** あいぽっく　**対象** 4～6か月児の保護者　**定員** 20人（申込順）　**申込** 8月2日から市ホームページ内専用フォームで（母子保健係（あいぽっく内）☎543-7303）

はじめて赤ちゃんのための育児講座

日時 8月29日（木）、9月5日（木）・11日（水）の午前10時～11時30分（全3回）　**場所** アキシマエンシス校舎棟、児童センター「ぱれっと」　**対象** 令和6年4月～6月生まれのお子さん（第1子）と保護者　※市外在住の方を除く　**内容** ベビーマッサージ、産後ヨガなど　**定員** 10組（多数抽選）　**申込** 8月15日までに市ホームページ内専用フォームで　〈子ども家庭支援係（アキシマエンシス校舎棟内）☎543-9046〉

絵本とわらべうたライブ

わらべうたうたいの坂野知恵さん、絵本作家のみなみじゅんこさんと一緒に、わらべうたや絵本を楽しみましょう。　**日時** 9月7日（土）の午前11時～正午、午後2時～3時　**場所** アキシマエンシス国際交流教養文化棟　**対象** 未就学児と保護者　**定員** 各30人（多数抽選）　**申込** 8月2日～11日に市民図書館ホームページ内専用フォームまたは市民図書館☎543-1523で

フレッシュママパパ学級

日時 9月20日（金）の午後1時15分～4時　**場所** あいぽっく　**対象** 安定期（妊娠16週以降）の妊婦とパートナー　**内容** 妊娠中の歯の健康や産後のママの気持ちとパパの役割についての講話、妊娠中の食生活・レシピ紹介と試食　**定員** 16組（申込順）　**申込** 8月2日から母子保健係（あいぽっく内）☎543-7303へ

男女共同参画推進委員会

日時 8月8日（木）の午後6時30分から　**場所** アキシマエンシス校舎棟　**傍聴** 直接会場へ　〈男女共同参画センター（アキシマエンシス校舎棟内）☎519-2277〉

教育委員会定例会

日時 8月9日（金）の午後1時30分から　**場所** 市役所1階市民ホール　**内容** 教科書採択など　**傍聴** 直接会場へ　〈教育総務課庶務係〉

行財政改革推進会議

日時 8月21日（水）の午後6時30分から　**場所** 市役所3階庁議室　**傍聴** 市役所西側出入口から直接会場へ　〈行政経営担当〉

市民図書館協議会

日時 8月29日（木）の午後6時30分から　**場所** アキシマエンシス国際交流教養文化棟　**傍聴** 直接会場へ　〈市民図書館☎543-1523〉

地域コミュニティ活動連携推進計画策定委員会

日時 9月4日（水）の午後6時30分から　**場所** 市役所3階庁議室　**傍聴** 市役所西側出入口から直接会場へ　〈市民活動推進係〉

子ども空手道教室

日時 9月7日～10月19日の土曜日（10月5日を除く／全6回）の午前10時～11時30分　**場所** 総合スポーツセンター　**対象** 4歳～小学3年生　※未就学児は保護者同伴　**定員** 20人（初めての方優先／多数抽選）　**参加費** 1回250円　**申込** 下の申込共通事項のとおり

エンジョイアクア

日時 9月10日～11月26日の火曜日（9月17日、11月5日を除く／全10回）の午後1時30分～2時15分　**場所** 総合スポーツセンター　**対象** 18歳以上の方　**定員** 30人（初めての方・女性の方優先／多数抽選）　**参加費** 1回500円　**申込** 右下の申込共通事項のとおり

健康さわやか教室

参加者同士交流しながら、体力づくりのため軽体操を行います。　**日時** 9月11日～11月27日の水曜日（全12回）の午後1時～2時20分　**場所** みほり体育館　**対象** 50歳以上の方　**定員** 60人（初めての方優先／多数抽選）　**参加費** 1回250円　**申込** 右下の申込共通事項のとおり

子ども卓球教室

日時 9月15日～10月20日の日曜日（全6回）の午前10時～正午　**場所** 勤労商工市民センター　※車での来場は不可　**対象** 小学生　**定員** 20人（初めての方優先／多数抽選）　**参加費** 1回250円　**申込** 下の申込共通事項のとおり

総合スポーツセンター教室担当の申込共通事項

8月15日（消印有効）までに次の方法で　※ひとつの教室につき1人1通のみ　▽インターネット＝市ホームページから　▽郵送＝往復はがきに教室名（1通につきひとつ）と、住所・氏名（ふりがな）・年齢（小学生は学年も）・性別・電話番号、子ども卓球教室はラケットの有無を記入し、〒196-0033東町5-13-1　総合スポーツセンター教室担当へ（返信面にも住所・氏名を記入）　〈総合スポーツセンター教室担当☎544-4151〉

健康診査（後期）を9月～10月に実施

9月2日（月）～10月15日（火）に、次のとおり実施します。

☆詳しくは、健康係（あいぽっく内）☎544-5126へ。

◎特定健康診査、後期高齢者医療健康診査

対象の方には、8月下旬に受診券を発送します。受診券と保険証を持って市内指定医療機関で受診してください。また、既に受診券をお持ちで、前期に受診していない方は、ぜひ受診してください。

◇対象　今年度40歳以上で、7月31日までに国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入手続きをした方

※8月1日以降に加入手続きをした方は、市ホームページ内専用フォームまたは電話で申し込んでください。

◎今年度31～39歳になる方の健康診査

希望する方は、市ホームページ内専用フォームまたは電話で申し込んでください。検査項目など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

帯状疱疹（ほうしん）ワクチン任意接種の費用を一部助成

接種場所など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

◇対象　接種日時点で昭島市に住民登録がある50歳以上の方

※過去に同じ助成を受けたことのある方を除きます。

◇助成額

＊生ワクチン（1回接種）＝5000円を限度

＊不活化ワクチン（2回接種）＝1回につき1万1000円を限度

※助成はいずれか1種類のみです。

※生活保護受給者、中国残留邦人の方は、生ワクチン1万円、不活化ワクチン1回につき2万円を助成します。

※不活化ワクチンの2回目接種の助成は、1回目接種から2～6か月の間に接種した場合に限ります。

☆詳しくは、健康係（あいぽっく内）☎544-5126へ。