福祉・健康

●高齢者介護予防デイサービス

左の表のとおり行います。 期間1月～3月 場所あいぽっく 対象65歳以上で健康を維持したい方 ※要支援・要介護認定を受けている方を除く 定員各15人(多数抽選) 参加費1回250円 申込11月6日までにあすはの会事務室(あいぽっく内)へ ※電話での申し込みは不可 その他詳しくは、同会事務室☎544-5033へ〈介護保険係〉

▼高齢者介護予防デイサービス

	午前の部 10時30分～正午	午後の部 1時30分～3時
月	筋力トレーニング	健康維持体操
火	健康維持体操	筋力トレーニング
	音楽療法(基本クラス)	
水	健康維持体操	筋力トレーニング
木	筋力トレーニング	健康維持体操
		音楽療法
金	健康維持体操	健康維持体操
	音楽療法	

11月の乳幼児健診

〈保健指導係〉

健診名	期日・場所	対象
3～4か月児健診	10日(火)・17日(火) あいぽっく	平成27年7月生まれ
1歳6か月児歯科健診	9日(月)・30日(月) あいぽっく	平成26年4月生まれ
3歳児健診	11日(水)・18日(水) あいぽっく	平成24年10月生まれ

※6～7か月児健診、9～10か月児健診は都内指定医療機関で、1歳6か月児内科健診は市内指定医療機関で、受診票を持って受診してください。
※受診せずに対象期間を過ぎた場合は、問い合わせてください。

あいぽっく(保健福祉センター)

◆健康係☎544-5126
◆保健指導係☎543-7303
※申し込みは、午前8時30分から

●薬学講演会「知っておきたいアレルギーとくすりのはなし」

日時11月27日(金)の午後1時30分～3時30分 場所あいぽっく 講師池嶋 謙さん(薬剤師) 定員30人(申込順) 保育3か月以上の未就学児5人(申込順) 申込11月4日から保健指導係へ

●ヘルスアップ栄養教室～メタボが気になる方へ～

日時11月27日(金)の午前10時15分～午後1時 場所あいぽっく 対象20～74歳の方 内容栄養講座、調理実習 定員25人(申込順) 保育3か月以上の未就学児5人(申込順) 参加費300円 持ち物エプロン、三角巾、米0.5合、ふきん 申込11月5日から保健指導係へ

●ヘルスアップ運動教室～骨盤を整える体操をしましょう～

日時12月1日(火)の午後1時30分～3時30分 場所あいぽっく 講師井野里美さん(健康運動指導士) 定員30人(申込順) 保育3か月以上の未就学児5人(申込順) 申込11月4日から保健指導係へ

●乳幼児歯科健診

健診を初めて利用する方を対象に、説明を行います。 日時11月19日(木)・12月3日(木)の午前9時から、11月16日(月)・12月10日(木)の午後1時から 場所あいぽっく 対象1歳～2歳11か月児 ※希望者は4歳まで継続可 定員各8人(申込順) 持ち物歯ブラシ、コップ、タオル 申込11月2日から保健指導係へ

●離乳食講座

【9～12か月児対象】 日時11月25日(水)の午後1時～2時30分 場所あいぽっく 定員25人(申込順) 保育9～12か月児25人(申込順) 持ち物スプーン、小皿、バスタオル 申込11月2日から保健指導係へ

【4～6か月児対象】 日時11月26日(木)の午後1時～2時30分 場所あいぽっく 定員30組(申込順) 持ち物スプーン、小皿、バスタオル 申込11月4日から保健指導係へ

●初めての歯磨き教室

日時12月7日(月)の午前10時～11時30分 場所あいぽっく 対象8～11か月児と保護者 内容講話、歯磨き実習、歯の相談 定員20組(申込順) 持ち物歯ブラシ、タオル 申込11月2日から保健指導係へ

●2歳児すこやか教室

日時12月8日(火)の午前9時～11時15分 場所あいぽっく 対象平成25年11月生まれのお子さんと保護者 内容講義、親子あそび、育児・栄養・歯の相談 申込保健指導係へ

●冬休み5歳児歯科健康教室

日時12月17日(木)の午後1時～3時30分 場所あいぽっく 対象5歳のお子さんと保護者 内容歯科健診、講話、歯磨き実習、保健・栄養・心理の相談など 定員20組(申込順) 持ち物歯ブラシ、コップ、タオル、母子健康手帳 申込11月2日から保健指導係へ

秋も節電を

照明の白熱電球は、LED電球や電球形蛍光灯へ交換する

電気ポットでの長時間の保温をやめる

温水洗浄便座の保温・温水の温度を下げる

テレビを省エネモードに設定する、または、画面の輝度を下げる

電気カーペットの温度は「中」にする、また、必要な部分だけ温める

☆詳しくは、環境課計画推進係へ。

子ども家庭支援センター ☎543-9046

●子育てグループネットワーク会議

市内の子育てグループや市などが協働して子育て支援活動を展開する子育てグループネットワーク連絡会が、グループ間での情報交換や子育て情報の発信を行います(申込不要)。 日時11月16日(月)の午前10時～正午 場所市役所201会議室

児童センター「ぱれっと」 ☎544-5132

●ミニミニうんどうかい

親子でおゆうぎや宝ひろいなどを行います(申込不要／参加費無料)。 日時11月9日(月)の午前10時～11時15分 対象未就学児と保護者

●保健衛生講習会

看護師によるインフルエンザ予防指導や育児相談を行います(申込不要／参加費無料)。 日時11月16日(月)の午前10時30分～11時30分 対象未就学児と保護者

審議会・委員会

●児童発達支援計画審議会

日時11月17日(火)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 〈児童発達支援担当〉

●廃棄物減量等推進審議会

日時11月17日(火)の午後7時から 場所市役所301会議室 傍聴市役所西側出入口から直接会場へ 〈ごみ減量係(環境コミュニケーションセンター内)☎546-5300〉

●教育委員会定例会

日時11月19日(木)の午後2時30分から 場所市役所301会議室 傍聴直接会場へ 〈教育委員会庶務係〉

●介護保険推進協議会

日時11月25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 〈介護保険係〉

徘徊(はいかい)模擬訓練の参加者を募集

認知症の方も安心して住み続けられるまちづくりを目指し、徘徊した高齢者の捜索訓練を行います。

◇日時 11月21日(土)の午前10時～午後0時30分
◇場所 松原町高齢者福祉センター
◇定員 60人(申込順)
◇参加費 無料
◇協力 社会福祉協議会、民生委員・児童委員協議会、あきしま地域福祉ネットワーク、昭島警察署、地域包括支援センター
☆申し込みは、11月2日から高齢サービス係へ。

福島県の新聞を閲覧できます

東日本大震災を風化させないため、また、避難されている方へ情報提供するため、福島県の復興や除染の状況などについて掲載している新聞を、次の場所で閲覧できます。
＊市民図書館＝福島民報、福島民友
＊昭和分館＝福島民報
＊緑分館＝福島民友
☆詳しくは、市民図書館☎543-1523へ。

障害のある方へ手当を支給しています

心身に障害のある方を対象に、下の表のとおり手当を支給しています。手当ごとに所得制限などがあり、要件が異なりますので、受給を希望する方は事前に障害福祉係へ問い合わせてください。 〈障害福祉係〉

▼障害のある方へ支給する手当一覧

手当の種類	支給の対象	支給額(月額)
特別児童扶養手当(国手当)	重度または中程度の疾患・障害(身体・知的・精神)のある20歳未満の方(母子生活支援施設以外の児童施設に入所している児童を除く)を扶養している父・母または養育者	1級＝5万1100円 2級＝3万4030円 ※申請内容に応じて手当の級が認定されます。
特別障害者手当(国手当)	20歳以上で、著しく重度の障害状態にあり、日常生活において常時特別な介護を必要とする方(施設入所中、病院に3か月以上入院中の方などを除く)	2万6620円
障害児福祉手当(国手当)	20歳未満で、重度の障害があり、日常生活において常時特別な介護を必要とする方(施設入所中の方などを除く)	1万4480円
重度心身障害者手当(都手当)	次のいずれかに該当する方(施設入所中、病院に3か月以上入院中、65歳以上の新規申請の方などを除く) ＊重度の知的障害があり、日常生活で複雑な配慮を要する ＊重度の知的障害と重度の身体障害が重複している ＊重度の肢体不自由で、両上・下肢とも機能が失われている	6万円
心身障害者福祉手当(都手当)	20歳以上で、身体障害者手帳1級・2級、または、愛の手帳1～3度、または、脳性まひ、進行性筋萎縮症の方(施設入所中、65歳以上の新規申請の方などを除く)	1万5500円
心身障害者福祉手当(市手当)	身体障害者手帳3級・4級、または、愛の手帳4度の方(施設入所中、生活保護受給中、65歳以上の方などを除く)	4000円
特殊疾病者福祉手当(市手当)	難病医療費助成を受けている方(施設入所中、生活保護受給中、65歳以上の方などを除く)	5000円

※特別児童扶養手当、特別障害者手当、障害児福祉手当の支給額は、平成27年4月分から改定されています。