



福祉・健康

●介護保険料・後期高齢者医療保険料の納期 納付書で納める方の第5期分の納期限は、11月30日(月)です。納付には、納め忘れない便利で確実な口座振替をご利用ください。市税等収納取扱金融機関または市役所(介護福祉課または保険年金課)で、振替を希望する納期限の45日前までに手続きしてください。

▼高齢者イキイキ・ニコニコ介護予防教室

コース番号・名称	曜日・時間	主な場所	※	定員
① 軽体操	木 午前	緑会館		25
② ウォーキング	火 午前	玉川上水	○	35
③ 太極拳	木 午前	朝日会館		25
④ 健康気功	火 午前	昭和会館		30
⑤ カラオケ	金 午前	松原町高齢者福祉センター	○	80
⑥ 実用書道	月 午前	朝日会館	○	20
⑦ 実用書道	木 午前	拜島町高齢者福祉センター	○	26
⑧ 絵画(水彩画)	火 午前	朝日町高齢者福祉センター	○	20
⑨ 昔遊び	木 午前	昭和会館		20
⑩ デジタルカメラ	木 午前	武蔵野会館		16
⑪ 着付け	水 午前	朝日町高齢者福祉センター		16
⑫ スポーツ吹き矢	水 午前	玉川会館	○	20
⑬ スポーツ吹き矢	水 午後	拜島町高齢者福祉センター	○	20
⑭ 脳のトレーニング	火 午前	やまのかみ会館	○	20
⑮ シニアの英会話(入門)	火 午前	昭和会館	○	15
⑯ シニアの英会話(初級)	火 午後	富士見会館	○	15
⑰ おもしろ歴史と社会科散歩	水 午前	市内		25
⑱ 絵手紙	月 午前	緑会館	○	25
⑲ 栄養(料理)	水 午前	拜島町高齢者福祉センター	○	25
⑳ 手芸	火 午前	武蔵野会館	○	18
㉑ 消しゴムはんこ	水 午前	朝日町高齢者福祉センター	○	20

※○のコースは、別途教材費などが必要です。

介護福祉課保険料担当(保険年金課後期高齢者医療係)

バー人材センター
「イキイキ教室係」



●高齢者イキイキ・ニコニコ介護予防教室 期間1月～3月(全12回) 対象65歳以上の方(要支援・要介護認定を受けている方を除く) 定員左の表のとおり(初めての方優先/多数抽選) 参加費各1000円(コースにより別途教材費あり) 申込はがきに希望コースの番号・名称と、住所・氏名・生年月日・電話番号を記入し、11月30日(必着)までに次の宛先へ

①～⑰ 〒196-0022 中神町2-32-18 シル

⑱～㉑ 〒196-0022 中神町

子ども家庭支援センター

〒196-0022 中神町1-256-5-110 NPO法人ひだまり「イキイキ教室係」

※コースは複数選択可/1通につき1人1コースのみ記入/同じ曜日の教室への複数応募は不可(高齢サービス係)

8511 市役所子ども家庭支



着(までに〒196-0022) 郵送 11月27日(必着)まで

氏名(ふりがな)・生年月日・性別を記入し、次の送付先へ(1人1

児講座と、住所(保護者氏名)・ふりがな・電話番号、お子さんの

「はじめて赤ちゃんのための育

往復はがきまたは電子メールに

話 定員12組(多数抽選) 申込

外在住の方を除く 内容ベビーマッサージ、からだの話、遊びの

平成27年8月～9月生まれのお

子さん(第1子)と保護者 ※市

児童センター「ぱれっと」 対象

月13日(いずれも水曜日/全3

回)の午前10時～11時30分 場所

●はじめて赤ちゃんのための育

児童講座 日時12月9日・16日、1

5439046

子ども家庭支援センター

〒196-0022 中神町1-256-5-110 NPO法

人ひだまり「イキイキ教室係」

※コースは複数選択可/1通に

つき1人1コースのみ記入/同

じ曜日の教室への複数応募は不

可(高齢サービス係)

援センター(返信面にも住所・

氏名を記入) 電子メール 11

月27日までに kodonosien@

city.yakushima.jp(市から返信

できるようメールの設定を)

換の実習、妊婦体験ジャケット

の試着など 定員24組(申込順)

持ち物 母子健康手帳、タオル

申込11月17日から保健指導係へ

●こんには赤ちゃん訪問事業

献血にご協力を



一人ひとりの愛が、大切な生命を守ります。皆様のご協力をお願いします。

◇日時 11月19日(木)の午前10時～11時45分、午後1時～4時

◇場所 市役所北側出入口前

◇対象 *16～64歳の方 *65～69歳の方(60～64歳のときに献血したことのある方のみ)

☆詳しくは、健康係(あいぽっく内) ☎544-5126へ。

素足で測定(健康係)

●フレッシュユパ・ママ学級

日時12月12日(土)の午前9時30

分～正午 場所あいぽっく 対

象安定期(妊娠16週以降)の妊婦

と夫 内容沐浴及びおむつ交

導係

ださい。日時12月の午前9時

～午後5時(土・日曜日、祝日を

除く) 対象平成27年10月生ま

れのお子さんのいる世帯(保健

指導係)

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

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

健康手帳、タオル

申込11月17日か

ら保健指導係へ

●こんには赤ちゃん訪問事業

生後2～3か月のお子さんのい

る家庭に訪問員証を携帯した保

健師などが訪問し、3～4か月

指導係

ださい。日時12月の午前9時

～午後5時(土・日曜日、祝日を

除く) 対象平成27年10月生ま

れのお子さんのいる世帯(保健

指導係)

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

健康手帳、タオル

申込11月17日か

ら保健指導係へ

●こんには赤ちゃん訪問事業

生後2～3か月のお子さんのい

る家庭に訪問員証を携帯した保

健師などが訪問し、3～4か月

児健診の案内、育児相談、子育

て情報の提供を行います。不在

の場合は再訪問します。なお、

出生通知票のがきを提出して

いない方は、早めに提出してく

ださい。日時12月の午前9時

～午後5時(土・日曜日、祝日を

除く) 対象平成27年10月生ま

れのお子さんのいる世帯(保健

指導係)

