



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7期分の納期限は、1月31日(木)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、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。〈介護福祉課保険料担当、保険年金課後期高齢者医療係〉

わかちあいの会を開催

身近な人を自死(自殺)で亡くした方が集まり、胸の内を語り合い、聴き合い、支え合うことを目的として開催します(市外の方の参加も可)参加費無料/申込不要。

◇日時 2月3日(日)の午後2時～4時
◇場所 あいぽくく
☆詳しくは、地域保健係(あいぽくく内) ☎5445126へ。

●認知症模擬演技者との体験講座 認知症の人の感情や身体の動きを表現する方と接して、気づいたことや考えたことを話し合いながら、認知症について学びます。

日時 2月23日(土)の午後1時30分～3時30分 場所 あいぽくく 対象認知症の方を介護している家族、認知症サポーター養成講座の受講者 定員 40人(申込順) 参加費無料 申込 1月4日から地域包括ケア担当へ

児童センター「ぱれっと」
☎5445132

●みんなあつまれ！リトミック 音楽に合わせて親子で体を動かしましょう(参加費無料/申込不要)。 日時 1月11日(金)の午前11時～11時30分 場所 児童センター「ぱれっと」 対象 未就学児と保護者

●みんなで鬼たいじ 鬼の絵に色を塗ってお面を作ります。また、豆を入れる三方(さんぽう)を作ります(参加費無料/申込不要)。 日時 1月30日(水)の午前10時30分～11時30分(材料がなくなり次第終了) 場所 児童センター

児童センター「ぱれっと」 対象 未就学児と保護者

子ども家庭支援センター
☎5439046

●育児講座「ママのためのハッピー産後ヨガ」 日時 2月1日(金)の午前9時45分～10時30分、または、午前10時45分～11時30分 ※時間の指定は不可 場所 青少年交流センター 対象 平成30年7月～12月生まれのお子さんと保護者 ※市外在住の方を除く/兄弟の同伴は不可 定員 各15組(多数抽選) 申込 往復はがきまたは電子メールに「ママのためのハッピー産後ヨガ」と、住所・氏名(ふりがな)・電話番号、お子さんの氏名(ふりがな)・生年月日・性別を記入し、1月18日(必着)までに次の送付先へ(1人1通のみ) 郵送 ☎196-8511 市役所子ども家庭支援センター(返信面にも住所・氏名を記入) 電子メール ☎kodomo.sien@city.akishi.maj.jp(市から返信できるようメールの設定を)

市役所子ども家庭支援センター(返信面にも住所・氏名を記入) 電子メール ☎kodomo.sien@city.akishi.maj.jp(市から返信できるようメールの設定を)



●はじめて赤ちゃんのための育児講座 日時 2月13日・27日、3月6日(いずれも水曜日/全3回)の午前10時～11時30分 場所 児童センター「ぱれっと」 対象 平成30年10月～11月生まれの市外在住の方を除く 内容 ペビーマッサージ、からだの話、遊びの話 定員 12組(多数抽選) 申込 往復はがきまたは電子メールに「はじめて赤ちゃんのため

の育児講座」と、住所・氏名(ふりがな)・電話番号、お子さんの氏名(ふりがな)・生年月日・性別を記入し、1月18日(必着)までに次の送付先へ(1人1通のみ) 郵送 ☎196-8511 市役所子ども家庭支援センター(返信面にも住所・氏名を記入) 電子メール ☎kodomo.sien@city.akishi.maj.jp(市から返信できるようメールの設定を)



心身障害者自動車ガソリン費等助成を受けている方へ

助成を受けている方は、請求書に押印のうえ、平成30年10月1日～12月31日に自動車に給油した際の領収書を添付し、市役所障害福祉係、あいぽくく、東部出張所のいずれかに提出

してください。 締め切り日を過ぎると受け付けできませんので、注意してください。 ☆詳しくは、障害福祉係へ。

児童の発達支援に関する講演会を開催

「子どもの発達を支援する」をテーマに、子どもとの関わり方や子どもの行動をどう考えたらよいかなどについて講演します(入場無料/申込不要)。 日時 1月21日(月)の午後6時30分～8時30分

◇場所 市役所1階市民ホール
◇講師 菅野 敦さん(東京学芸大学教授)
◇定員 80人(先着順)
☆詳しくは、児童発達支援担当へ。