

リサイクルコーナー

譲って
ください

折り畳み式ベッド、子ども用いす、自転車(大人用・子ども用)、子ども用三輪車、B型ベビーカー、キックスクーター、三味線、琴、和装トルソ、ゴルフクラブセット、家庭用炭素弧光灯治療器用カーボン

譲ります

草刈り機、蛍光灯、こたつ一式、机、テレビ台、ローテーブル、ソファ、ソファベッド、五月人形、こいのぼりセット、水槽、ペット用キャリーケース、電動フィットネスマシン、刺しゅう糸、縫い糸、毛糸玉

譲渡は無料です。当事者間でやり取りしてください。詳しくは電話でお問い合わせください

今月のリサイクル家具販売会

6月27日(日)午前10時～正午 注 荒天中止/駐車場数台あり/配送ストックヤード(西元町2-9-6) 不可/混雑時は入場制限を行う場合あり
※当日直接会場へ

靴・かばん・ベルト類・ぬいぐるみ・食用油の 拠点収集&フードドライブにご協力を

6月22日(火)午前9時～11時
西町地域センター※当日直接会場へ

拠点収集

注 破れた・穴が開いた物、車輪の付いたかばん、ゴルフバッグ、スーツケース、長靴・スパイク・スリッパ・人形などは収集できません/食用油はペットボトル・缶などに入れてお持ちください

フードドライブ

家庭で余っている、米(生産1年以内)、缶詰、瓶詰、調味料、乾物、飲料、お菓子、インスタント・レトルト食品などで、賞味期限が1か月以上あり未開封のものをお持ちください。生活に困っている方へ届けます。

→ごみ減量推進課 ☎(042)300-5303

指導員が運動機器の
使用方法の説明・サポートをします

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身体作りを通して、積極的に介護予防を実践しましょう。また、卒業後の介護予防の取り組み方も考えてみませんか。

対 市内在住の6月15日時点で65歳以上の、実施施設まで通所できる方
※トレーニングをするうえで身体に支障があり医師からの禁止を受けている方、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の通所型サービスを受けている方を除く

場 ①ニチイケアセンターはあときたまち(北町4-5-4)
②さわやかプラザもとまち

定 各15人程度

期間 8月～11月の原則木曜日 ①午前9時～10時30分・10時30分～正午
②午前10時～11時30分・午後1時30分～3時※指定不可。利用決定後に各施設から連絡。利用期間終了で卒業

¥300円/回※住民税非課税世帯、生活保護受給者は軽減

申 6月15日(火)～7月15日(木)に申請書を記入し、印鑑をお持ちのうえ、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へ※多数の場合抽選。初めての方優先。実施期間中の申し込みは要相談

申請書配布 各受付窓口で※市HPからダウンロード可

注 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/指導員は利用者につき添っての指導は行いません

→高齢福祉課 ☎(042)321-1301

ごみ・リサイクル

健康

高齢者

個人事業者の方へ
事業系ごみ手数料
減免制度

市指定有料袋を対象の事業者
に、無料で交付します。

対 7月1日時点で次のすべてに
該当する個人事業者○住居と
事業所が市内○前年の所得額
が270万円以下○事業主を含め
従業員数が5人以下で、継続し
て1年以上営業している○市指
定有料袋の年間使用枚数が160
枚以上と認められる※有限会
社・株式会社などの法人事業者
の方は対象外

申請期間 6月15日(火)～令和4年
5月31日(火)

申請方法 詳しくは電話で環境対
策課へ

交付枚数 上限80枚※申請月で交

付枚数が異なります
↓環境対策課 ☎042・300・5
300

健康推進課から

☎042・321・1801

生活習慣病予防

なりたい自分を目標して
新生活習慣提案セミナー

7月3日(土)午前10時～11時30分
いずみプラザ

メタボリックシンドローム予
防にすぐに活用できる、我慢し
ない上手な食べ方(食事・間食・
飲酒など)を管理栄養士が楽し
く分かりやすく伝えます。

対 市内在住・在勤・在学・在活
の方

定15人

¥無料

申 6月16日(水)から電話で健康推
進課へ※先着順。特定保健指導
の案内が届いた方優先

物 筆記用具・飲み物

注 特定保健指導の案内が届いた
方は、同封の利用申込書で申し
込み

特定健診(国民健康保険加
入の66歳以上の方対象)・
後期高齢者医療健診
実施医療機関の追加

追加医療機関

樹神(こだま)内科クリニック
(小平市花小金井3-1-15ドミ
ール黒澤1階) ☎042・460・
8777 ※要予約

7月のおれんじCafe

対 認知症の方やその家族、地域の方

おれんじCafeにんじん

日 7日・21日(水) 時 午後1時30分～2時10分頃

場 Zoomアプリ使用※通信料は自己負担

定 2人程度 ¥無料

申 市HP ☎検索1024724から参加希望フォームをダウンロードし
必要事項を記入のうえ、郵送で〒185-0024泉町2-3-8いず
みプラザ内高齢福祉課へ

問 高齢福祉課



おれんじCafeサンライト

日 13日・27日(火) 時 午後1時～4時 ¥100円

場 特別養護老人ホームサンライト(西町1-31-2)※当日直接会
場へ

問 ☎(042)595-7351

→高齢福祉課 ☎(042)321-1301

地域包括支援センターの イベント

転倒予防教室 元気に歩き続けるための爪講座

7月1日(木)午後2時～3時30分 並木公民館

歩くために必要な足の爪の役割や、お手入れの方法を学んでみませんか

対 市内在住でおおむね65歳以上の方

講 桐原直澄さん(巻き爪技術者) 定15人 ¥無料

申 6月16日(水)から電話で地域包括支援センターなみき ☎(042)300-
3702へ※先着順

物 フェイスタオル

→高齢福祉課 ☎(042)321-1301

市役所への申し込み問い合わせの時間は、特記がない場合は月～金曜日午前8時30分～午後5時(正午～午後1時を除く)の受付となります。