

生活支援

高齢者

健康

セミナー

国民健康保険加入者へ  
傷病手当金の適用期間を  
12月31日(金)まで延長

新型コロナウイルス感染症に  
関する傷病手当金の適用期間が  
延長になりました。要件など  
詳しくは市HP ☎検査1023

304または4月1日号5ペー  
ジをご覧ください。電話でお  
問い合わせください。

■後期高齢者医療制度の傷病手  
当金に於いての問い合わせ・書  
類の提出先は都後期高齢者医療  
広域連合お問合せセンター  
☎同センター ☎0570・086・  
519

↓保険年金課(内54)

母子及び父子福祉資金・  
女性福祉資金の貸し付け

ひとり親世帯の方を対象に、  
修学資金や就学支度資金などの  
貸し付け相談を行っています。  
申請から貸し付け決定・資金の  
振り込みまでに1か月以上かか  
ります。進学予定・在学中で学  
費の支払いに不安のある方は早  
めにご相談ください。

### 口腔機能向上 歯科健康診査



10月27日(水)午後2時～3時  
いずみプラザ

加齢に伴い飲み込む力は少しずつ衰えてい  
きます。いつまでも口から食べられるように  
口腔機能を測定してみませんか。

対市内在住で40歳～74歳までの方※入れ歯を  
使用している方も可 内歯科医師による口腔  
内診査・舌圧測定(飲み込む力の検査)・パタカ  
測定(口唇や舌の動きを検査)・歯科相談 定  
10人 無料 申10月4日(月)午前9時から  
電話で健康推進課へ※先着順。初めての方優先



→健康推進課 ☎(042)321-1801

### 定期高齢者肺炎球菌感染症予防接種

10月から 自己負担額が1,500円に  
接種対象者の方へ、  
9月下旬頃に接種券を  
郵送しました。希望する  
方は早めに接種してく  
ださい。

→健康推進課 ☎(042)321-1801

新型コロナウイルス感染症  
生活困窮者自立支援金  
申請期間を11月30日(火)まで  
延長

↓生活福祉課(内53)

対母子及び父子福祉資金・ひと  
り親世帯で、20歳未満の子ども  
を扶養している方  
女性福祉資金・配偶者のいない  
女性で、20歳未満の子どもを扶  
養したことがある方など※要件  
など詳しくはお問い合わせくだ  
さい

新型コロナウイルス感染症生  
活困窮者自立支援金の申請期間  
を延長しました。詳しくは市

## 地域包括支援センターの イベント

### ■共通事項

無料

申10月4日(月)から電話で各地域  
包括支援センターへ※先着順

<b>転倒予防教室</b> 上手な靴の選び方と転ばない歩き方 10月8日(金)午後2時～3時30分 国分寺ひかり診療所3階(光町3-13-34)	<b>地域で取り組むフレイル予防 元気力おためし会(体力測定会)</b> 10月14日(木)午後2時～3時30分 市民室内プール体育室
いつまでも元気に歩くことはフレイルの予防に なります。靴の展示や専門職による実技指導も あります 対市内在住でおおむね65歳以上の方 講藤井達彦さん(義肢装具士)・北山奈穂子さん (理学療法士) 定11人 物飲み物 問地域包括支援センターひかり ☎(042)573-4 058 注動きやすい服装で参加	自分では気づきにくい老化のサインを、簡単な 問診と測定(握力・片足立ち時間・5m歩行時間) でチェックしてみませんか 対市内在住でおおむね65歳以上の方 定18人 物上履き 問地域包括支援センターこいがく ☎(042)300- 6024
<b>介護予防教室</b> カラダとアタマを使って楽しく認知症予防 10月18日(月)午後2時～3時30分 もとまち地域センター	<b>家族介護者交流会</b> 気になりませんか 耳の聴こえ 10月25日(月)午後2時～3時30分 いずみホール
無理なく楽しい認知症予防体操です。椅子に座 って行うので、体力に自信のない方でも参加で きます 対市内在住でおおむね65歳以上の方 講佐藤久枝さん(認知症予防「だんだんダンス」 専任インストラクター) 定15人 物上履き・飲み物・タオル 問地域包括支援センターもとまち ☎(042)401- 0035 注動きやすい服装で参加	耳の聴こえ、補聴器について、専門家の話を聞 いてみませんか。補聴器の展示、体験会があり ます 対市内在住でおおむね65歳以上の方とその家族 講医療機器メーカー職員 定15人 問地域包括支援センターこいがく ☎(042)300- 6024

→高齢福祉課 ☎(042)321-1301

HP ☎検査1025991また  
は7月15日号2ページをご覧ください。  
↓生活福祉課(内586)

受験生チャレンジ支援  
貸付事業

中学3年生・高校3年生な  
どを対象に、学習塾・受験費  
用を無利子で貸し付けます(要  
件あり)。また、高校・大学な  
どへ進学した場合、申請後返  
済を免除します。まずは市社  
会福祉協議会自立生活サポー  
トセンターこくぶんじ ☎04  
2・324・8401(月)金曜午  
前9時～午後5時)へご相談く  
ださい。

↓生活福祉課(内586)

介護職場体験参加者募集

介護施設などの現場を実際  
に体験してみませんか。

対介護の仕事に関心のある方  
対社福都社会福祉協議会東京  
都福祉人材センター ☎03・52  
11・2910

注詳しくは都社会福祉協議会  
HP [https://www.tcsw.tyag.or.jp/jinzai/kaigojinzaika\\_kuhoh.html#taiken](https://www.tcsw.tyag.or.jp/jinzai/kaigojinzaika_kuhoh.html#taiken)をご覧ください

↓高齢福祉課 ☎042・321・1301

生きがいセンターもとまち  
自主事業

女性向け就職支援  
セミナー&個別相談会

10月18日(月)午後1時30分～4時  
生きがいセンターもとまち

高齡化社会において女性が生  
きがいを持って働くための支援  
セミナーと、専門家がアドバイ  
スする個別相談を行います。働  
き方、ライフプランを見直して  
みませんか。

対市内在住の60歳以上の方講木  
村美和子さん(キャリアコンサル  
タント)定セミナー116人個別相  
談会13人(1人20分)無料申10  
月4日(月)(水曜日を除く)午前9  
時から電話で生きがいセンター  
もとまち ☎042・359・5321

※先着順物筆記用具  
↓健康推進課 ☎042・321・1801

障害者雇用セミナー  
働くを実現する

10月31日(日)午前10時30分～11時30分(受付10時)  
リオンホール(cocobunji WEST 5階)

障害者雇用に取り組む企業の  
工夫と、企業で働く障害者の皆  
さんの活躍を紹介します。

対市内在住の方や事業主・支援  
者講障害者雇用企業担当者定65  
人無料申10月4日(月)22日(金)  
に氏名・連絡先を明記し、  
syuro@keyakimori.or.jpま  
たは ☎042・324・1718で  
市障害者就労支援センターへ

※先着順同センター ☎04  
2・300・1500へ注手話通訳・  
要約筆記を希望する方は10月15  
日(金)までに申し込み  
↓障害福祉課(内523)

認知症サポーター養成講座

11月2日(火)午後2時～3時50分  
リオンホール(cocobunji WEST 5階)

認知症の正しい知識を持ち、認  
知症の方や家族を温かく見守る  
援者サポーター)になりませんか。  
対市内在住・在勤・在学・在活  
の方定30人無料申10月4日(月)  
午前9時から健康推進課へ※先  
着順物筆記用具  
↓健康推進課 ☎042・321・1801

↓健康推進課 ☎042・321・1801

10月は  
40歳になったら  
乳がん検診に  
行きましょう

もっと  
知ってほしい  
乳がんのこと

もっと  
知ってほしい  
乳がんのこと

40歳になったら、2年に1回乳がん検  
診を受けましょう。今年度より、随時  
募集を受け付けています。詳しくは8ペ  
ージの乳がん検診・健康診査等受診者募  
集をご覧ください。  
●乳がんの発症率は40代後半で上昇し  
ます  
●早期発見・治療で90%以上の方が治  
ります  
→健康推進課 ☎(042)321-1801

ご存じですか  
シルバー人材センターのこと

事業所や家庭などの仕事を  
お受けします

シルバー人材センターは、高齢者が働くこと  
を通じて、生きがい・健康作りを目標に、地域  
社会の活性化に貢献する公益社団法人です。日  
常生活に密着した臨時的・短期的な家庭の仕事  
や事業所などの仕事を行っています。豊かな経  
験・知識・技能を持った高齢者に依頼してみま  
せんか。また、健康で働く意欲のある会員を募  
集しています。

仕事内容障子・ふすま・網戸の張り替え、家事  
援助、家具の移動、粗大ごみ出し、ガラス磨き、  
電球交換、洋服のお直し、宛名書き、パソコン・  
スマホ出張指導、植木のせん定、除草、清掃作  
業など※その他派遣の仕事もあり  
問シルバー人材センター ☎(042)325-4011  
→地域共生推進課(内566)