

## 令和5年度保健センターの専門職

職種 保健師・助産師・看護師

職務内容

【保健師・助産師】乳幼児健診や乳幼児相談時の保健指導

【看護師】乳幼児健診や乳幼児相談時の診察・測定の見助や成人検診の問診など

勤務地 保健センター

申請 履歴書に資格免許証の写しを添付して、保健センターへ

☎271・2745

※ 後日面接を行います

※ 職務内容・出勤回数は応相談

## 歯周病検診の保育士

職務内容 歯周病検診会場での保育など

勤務日 11月29日(火)午前

勤務地 保健センター

申請 履歴書に資格免許証の写しを添付して、保健センターへ

☎271・2745

※ 後日面接を行います

## 彩の国埼玉環境大賞の候補者

環境保全やSDGsの達成に向けた取組を行っている事業者を埼玉県知事が表彰します。

対象 県内で活動する個人、団体、事業者(自薦、他薦不問)

他 応募資格や応募方法などの詳細は県ホームページをご覧ください。

申請 9月30日(金)までに郵送またはメールで県環境政策課へ

☎048・830・3019



県HPはこちら

## 就業構造基本調査が始まります



市では、10月1日を基準日として、就業構造基本調査を実施します。この調査は、日本の就業の実態を明らかにすることを目的とし、国が行う調査の中でも特に重要なものとされる「基幹統計調査」です。総務大臣が指定した調査区内にお住まいの方が対象となります。9月上旬から、市の調査員が対象の世帯に伺いますので、調査の趣旨をご理解いただき、ご回答をお願いします。

担当 政策推進課統計担当



## 児童福祉審議会委員

対象 市内在住で、現在子育て中の方や少子化対策、子育て支援などに関心のある方

期 令和4年10月から2年間

内容 児童福祉や子ども・子育て支援に関する施策の審議、計画の進行管理など

定 2人

申請 9月16日(金)までに子ども支援課で配布している応募用紙または任意の用紙に「住所/氏名/生年月日/電話番号/応募動機」を明記の上、子ども支援課に直接または郵送(〒350-2292住所不要)、メール(✉10500040@city.tsurugashima.lg.jp)



## 今月の納期

- ◆固定資産税・都市計画税第3期
- ◆国民健康保険税第3期
- ◆介護保険料第3期
- ◆後期高齢者医療保険料第3期

## 台風時などの つるバス・つるワゴンの運行

つるバス・つるワゴンは、台風や大雨など、天候の影響により運行に遅れが生じたり、利用者の安全確保が困難な場合には運行を中止することがあります。大変ご迷惑をおかけしますが、あらかじめご了承ください。

バスロケーションシステム「BusGo!」では、運行が遅れている場合などに、つるバス・つるワゴンの走行位置や到着目安をパソコンやスマートフォンなどで確認することができます。

### 利用方法

- ①以下のQRコードまたは各停留所に掲示されているQRコードから「BusGO!」のサイトを開きます。
- ②路線、停留所を選択します。
- ③路線地図と現在のつるバス・つるワゴンの走行位置が表示されます。

担当 都市計画課  
交通政策担当



BusGo!はこちら

イベント実施に伴う新型コロナウイルス感染症対策について  
イベントなどに参加される場合は、当日検温していただき、マスクの着用をお願いします。体調不良の際は、参加をご遠慮ください。当日の体温やご体調によっては、参加をお断りさせていただくことがあります。また、状況により、イベントを中止または延期とさせていただきますので、予めご了承ください。

## 第10回鶴ヶ島 映像フェスティバル第2部

NPO法人鶴ヶ島動画ファンクラブでは、動画などを撮影・編集するための講演や鶴ヶ島の魅力を発信する映像の上映を実施します。

**日** 10月1日(土)13時30分～15時30分(講演および動画上映会)

**場** 若葉駅前出張所

上映作品を募集中!

**募集作品** 市民活動を中心とした鶴ヶ島の魅力を市内外に発信する映像(動画・スライドショー)。1人2作品まで応募可。1作品は3分以内。Windows8.1以上の環境で放映できる作品。

**応募方法**

9月23日(金)までに同法人のFacebookへ投稿または地域活動推進課へ直接持参(23日はFacebookのみ)

※ 優秀作品には賞品あり

※ 公開に適さない作品は不可

※ 著作権・肖像権に接触しないこと

※ 応募多数の場合は上映できない作品もあり

※ 映像提供者に確認の上、二次利用させていただく場合あり

**問** 地域活動推進課地域活動推進担当

## 高倉クリーンセンター 「ありがとうバザー」

11月30日をもって、高倉クリーンセンターでのごみの受入れが終了することから、今までの感謝の気持ちを含めて、エコ鶴市民の会主催で、バザーを開催します。

**日** 9月25日(日)10時～12時

※ 雨天中止

**場** 高倉クリーンセンター

**問** 生活環境課環境推進担当



## 栗ひろい体験

高倉の自然とふれあいながら、秋の味覚を収穫してみませんか。

**日** 9月10日(土)、18日(日)9時～  
※ 雨天の場合11日(日)、19日(祝)

**場** 農業交流センター周辺の栗畑

**申** 各日15組(申込順・1組5人まで) ※ 小学生以下は保護者同伴

**料** 1000円(入園料200円、栗代1kg分800円) ※ 他収穫分は100g80円で購入可

**持** 帽子、長靴、厚手のゴム手袋、トンガ

**他** 栗ひろいのできる服装

**申 問** 9月4日(日)9時から農業交流センターへ☎279・3335

## 秋のヨガ教室 ～自律神経を整える～

暑い夏が終わり、秋に向かうこの時期、ヨガで心身のバランスを整えましょう。

**対** 市内在住在勤在学の成人男女

**日** 10月2日(日)13時30分～15時

**場** 海洋センター

**講** 小川良子おがわ よしこさん(ヨガインストラクター)

**定** 30人(申込順)

**料** 1回500円(保険料含む)

**持** 飲み物、タオル、ヨガマット(貸出可)、5本指ソックス(あれば)

**他** 動きやすい服装

**申 問** 9月1日(木)から20日(火)までに海洋センターへ☎286・7301

## 彩の国動物愛護推進員

県では、動物の愛護や正しい飼い方に関する普及活動にご協力いただける「彩の国動物愛護推進員」を募集します。

**対** 県内在住の20歳以上で、動物の愛護や正しい飼い方に関する普及啓発活動を積極的に行える方

**定** 約30人

**募集期間** 9月1日(木)～11月30日(水)

**他** 応募資格や応募方法などの詳細は県ホームページをご覧ください。

**申 問** 県生活衛生課総務・動物指導担当☎048・830・3612



県HPはこちら

## 手話奉仕員養成講習会 入門受講生

**対** 16歳以上の市内在住在勤で、手話を始めてみたいという初心者の方

※ 受講歴のある方は、お断りする場合があります

**日** 9月26日～令和5年3月27日(毎週月曜日)10時～12時(全23回)

**場** 市役所

**内** 初心者の方を対象にした講習会

**定** 12人(申込順)

**料** 3300円(教材費)

**申 問** 9月12日(月)までに社会福祉協議会へ☎271・6278

## エンジョイ・スポーツ・ミーティング

第73回鶴ヶ島市民体育祭を今までの地域運動会から刷新します。「スポーツやろう!知ろう!楽しもう!」をテーマとした新たな内容で、市民の皆さんにスポーツを体験していただくことを考えて、鶴ヶ島グリーンパークで「エンジョイ・スポーツ・ミーティング」を開催します。

(※)ミニクロスカントリーランニングをメインとし、懐かしい徒競走やパン食い競走をしたり、新たなスポーツを「見たり聞いたり体験したり」のイベントです。幼児から高齢者の方々まで、「誰でも どこでも スポーツを」を体験できるイベントです。秋のスポーツシーズンに皆さんのご来場をお待ちしています。ぜひ、このイベントに参加してスポーツを楽しみましょう。

日 10月9日(日) ※ 雨天中止  
場 鶴ヶ島グリーンパーク  
問 NPO法人鶴ヶ島市スポーツ協会事務局(海洋センター内)☎277・5199

## 案内

### 就職支援ミニセミナー

対 県内在住の求職者  
日 9月15日(木)13時45分～15時45分  
場 市役所5階会議室  
内 就職活動の進め方、就職に役立つ応募書類の作成  
定 25人(申込順)  
料 無料  
申 問 鶴ヶ島ふるさとハローワーク ☎272・4001

## エンジョイ・スポーツ・ミーティング (※)ミニクロスカントリーランニング 参加者を募集します

対 3km(中学生以上)、1.5km(小学5・6年生) ※市内在住在勤在学  
定 各クラス50人(申込順)  
料 3km200円、1.5km100円  
申 問 9月1日(木)から16日(金)までに、参加申込書に参加費を添えて生涯学習スポーツ課または鶴ヶ島市スポーツ協会へ☎277・5199

### さかつる水道フェア

対 市内在住の小学生以上(小・中学生は保護者同伴)  
日 11月5日(土)【午前の部】9時～12時【午後の部】13時30分～16時 ※ 主催者が集合時間指定  
場 鶴ヶ島浄水場 ※ 雨天中止  
内 浄水場を見学しながら、水道について幅広く学習・体験します。  
定 10組60人(応募者多数の場合は抽選) ※ 午前・午後各5組。1組6人まで。3人以下で申込みの場合、他の参加者と合わせて6人以下の1組とします

他 徒歩での見学・体験に不安のある方は、予めご相談ください。

申 問 9月22日(木)までに必要事項(さかつる水道フェア参加希望/参加者全員の氏名、年齢/代表者の郵便番号、住所、電話番号/来場方法(車の場合は台数))を記入の上、往復ハガキ(〒350-0214 坂戸市千代田1-1-16)またはメール(✉ fair@sakatsuru-suido.or.jp)で坂戸、鶴ヶ島水道企業団総務課へ(必着)  
問 坂戸、鶴ヶ島水道企業団総務課庶務担当☎283・1957



詳細はこちら

## イベント

### レインボーフェスティバル ～世界が川島に!～

埼玉県川越都市圏まちづくり協議会(レインボー協議会)主催の交流事業を実施します。

内 ご当地グルメ・多国籍グルメの出店、多国籍音楽の演奏、ヒーローショーなど

日 10月1日(土)10時～14時30分  
場 カインズモール蔦屋書店川島インター店前駐車場 ※ 若葉駅東口より無料送迎バスが運行  
問 川島町政策推進課☎299・1752



詳細はこちら

### レインボー婚活パーティー2022

対 25歳～45歳までの6市町(川越市、坂戸市、鶴ヶ島市、川島町、毛呂山町、越生町)在住で現在独身の男女

日 11月6日(日)13時～16時  
場 アルカーサル迎賓館 川越  
定 男性20人・女性20人(抽選)  
料 男性、女性ともに3000円  
申 問 9月1日(木)から28日(水)までに市ホームページから  
問 政策推進課政策担当



申込はこちら

## 「逆木荘」 敬老のつどい

各種演芸、ゲーム、グラウンドゴルフなど楽しく交流出来るお祭りです。お誘い合わせの上、遊びに来てください。

**日** 9月18日(日)9時30分～15時  
(雨天決行)  
**場** 老人福祉センター「逆木荘」  
**料** 無料  
**問** 老人福祉センター☎286・3301

## 大人が楽しむ秋の語りの会

**日** 10月5日(水)13時30分～15時30分  
(15分前開場)  
**場** 中央図書館  
**講** 菅野智子<sup>すがのともこ</sup>さん、野田登志子<sup>のたとしこ</sup>さん、井上雅美<sup>いのうえまさみ</sup>さん  
**内** 語り手たちの会の3人が語る大人向けの昔ばなし  
**定** 30人(申込順) **料** 無料  
**申 問** 9月21日(水)から中央図書館へ☎271・3001またはホームページから



## 地域密着型サービス事業所 合同作品展

**日** 9月26日(月)～30日(金)  
**場** 市役所1階ロビー  
**内** グループホーム(認知症対応型共同生活介護)、小規模多機能型居宅介護および看護小規模多機能型居宅介護を利用している皆さんが制作した作品の展示会。第10回となる今年のテーマは「寅」です。  
**問** 介護保険課介護保険担当

## 文学講座「日本近代文学に見られる妖怪－宮沢賢治作品や『遠野物語』から読み解く－」

**日** 9月18日(日)14時～15時30分  
**場** 中央図書館  
**講** 高橋直美<sup>たかはしなおみ</sup>さん(東洋大学教授)  
**内** 同時代に岩手で書かれた作品の異界や異人に対する考え方の違いに着目する大人向けの講座  
**定** 40人(申込順)  
**料** 無料 **持** 筆記具  
**申 問** 9月8日(木)9時から中央図書館へ直接、☎271・3001、またはホームページから



## 第11回逆木荘グラウンドゴルフ 初心者教室

**対** 次のすべてに該当する方  
①グラウンドゴルフを始めようとしている方②市内在住の60歳以上で全日程に参加できる方  
**日** 10月4日、11日、18日、25日、11月1日、8日の各火曜日(全6回)  
13時30分～16時  
**場** 老人福祉センター「逆木荘」  
**講** 日本グラウンドゴルフ協会3級シルバー普及指導員  
**定** 12人(応募者多数の場合は抽選)  
**料** 無料 **持** 運動靴  
**他** 運動ができる服装  
※ クラブなどの道具は逆木荘で用意します  
**申 問** 9月1日(木)から6日(火)までに老人福祉センター「逆木荘」へ☎286・3301(9時～16時)

## 正社員就職セミナー

就職活動に役立つセミナー、就活イベントなどの有効活用情報が満載です。

**対** 35歳～55歳未満  
**日** 9月13日(火)・14日(水)・15日(木)13時30分～15時30分  
**場** ウェスタ川越  
**内** 【1日目】就活のイロハ  
【2日目】応募書類の作成  
【3日目】面接対策  
**定** 15人  
**料** 無料  
**申 問** キャリアバンク(株)ホームページまたは電話で  
キャリアバンク(株)  
☎048・711・2209



## 女性人権擁護委員による 特設人権相談所

家庭内のもめごと、結婚、離婚、相続、夫・恋人からの暴力、ストーリーカー、女性特有の人権問題、相隣関係などでお困りの方は、お気軽にご相談ください。ご予約をしていない方の、当日申込みのご相談にも応じます。  
**日** 9月15日(木)15時まで受付(12時15分～13時15分は昼休み)  
**場** ウェスタ川越  
**相談担当者** 川越人権擁護委員協議会所属 女性人権擁護委員  
**他** 予約の場合、問合先に申込み  
**問** 川越人権擁護委員協議会事務局☎247・4022(火・金曜日9時～16時)、さいたま地方法務局川越支局☎243・3824(平日9時～16時)



## 救命講習会(10月～12月)

**対** 中学生以上の鶴ヶ島市または坂戸市在住在勤在学の方

種別	月日	場所	定員	時間
普通救命講習	10月30日(日)	鶴ヶ島消防署	10人	9時～12時
普通救命講習	11月17日(木)	坂戸消防署	15人	9時～12時
上級救命講習	12月14日(水)	坂戸消防署	15人	9時～17時

※ 各回申込順。駐車場には限りがあります

**内** 【普通救命】心肺蘇生法(成人)および大出血時の止血法

【上級救命】心肺蘇生法(成人、小児、乳児、新生児)、大出血時の止血法、傷病者の管理法、手当の要領および搬送法

**料** 無料

**申 問** 9月12日(月)から消防本部警防課救急担当へ電話☎281・3116

## エンディングノートを書いてみませんか

エンディングノート「結び帳～元気なうちの終活～」をリニューアル

エンディングノートは、自分の人生を振り返るとともに、身体や認知機能が低下したとき、終末期や死亡した後のことを整理し、家族に思いを残すきっかけとなります。今回、記入者が書きやすいようにコメントやミニ知識を入れるなど、自分や家族の未来を結ぶイメージで、題名を「結び帳～元気なうちの終活～」とリニューアルしました。この機会に一度記載してみてください。この「結び帳」は、鶴ヶ島市、坂戸市、坂戸鶴ヶ島医師会とが共同で見直しを行いました。ぜひご活用ください。

エンディングノートを配布します

9月8日(木)より各施設(市役所健康長寿課、若葉駅前出張所、各地域包括支援センター、老人福祉センター、各市民センター、女性センター、社会福祉協議会)で配布します。冊数には限りがあります。

**料** 無料

**問** 健康長寿課高齢者福祉担当

出前講座について

エンディングノートの書き方などを伝える出前講座を受け付けます。

**料** 無料

**問** 坂戸鶴ヶ島医師会☎288・1288



## 肥料価格高騰などに対する支援を実施します

肥料・飼料・燃油費の軽減を図り農業生産を支援するため、市内の販売農家に10万円の支援金を交付します。

※ 支援金には交付要件があります

**申** 9月1日(木)から11月30日(水)までに、産業振興課農政担当へ申請書を提出

**他** 交付要件や提出書類など詳しくは、市ホームページをご覧ください。産業振興課農政担当までお問い合わせください。



HPはこちら

## 案内

### 読み聞かせボランティア入門講座

**対** 図書館や小学校での読み聞かせボランティアに興味のある方

**日** 9月28日(水) 14時～16時

**場** 中央図書館

**講** 上甲知子さん(「絵本でほっこの会」代表)

**内** 楽しく自分らしく続けられる「読み聞かせボランティア」始めてみませんか?

**定** 30人(申込順)

**料** 無料 **持** 筆記具

**申 問** 9月7日(水)から中央図書館へ直接、☎271・3001またはホームページから



申込はこちら

### 傾聴の講習会(市民提案による協働事業)～聴き上手になるには～

傾聴とは、相手の気持ちに寄り添い、ありのままを受けとめて聴くことです。一緒に学んでみませんか?

**対** 市内在住在勤の方

**日** 10月1日(土)、15日(土)10時～12時

**場** 市役所5階会議室

**講** 山田豊吉さん(NPO法人日本傾聴ボランティア協会)

**定** 80人(申込順)

**料** 無料

**持** 筆記具

**申 問** 9月9日(金)から健康長寿課高齢者福祉担当へ



## ストレッチ教室(屋外)

「最近、足腰が弱くなった」、「運動を始めてみたい」、「仲間と楽しく身体を動かしたい」。そんな方向けのストレッチ教室です。ストレッチは身体機能を向上させ、ケガ・転倒のリスクを軽減し、認知症を予防する効果も期待できます。屋外でのストレッチで、リフレッシュしませんか。

**対** 市内在住の65歳以上の方で医師から運動制限を受けていない方  
**※** 要支援・要介護認定者および介護予防・日常生活支援総合事業対象者を除きます

**日** 10月4日(火)から毎週火曜日  
 14時～15時30分(全6回)

**※** 雨天の場合振替えて行います

**場** 鶴ヶ島フットサルリゾート

**定** 30人

**※** 応募者多数の場合は抽選。前回参加していない方を優先。結果については、1週間前までに郵送

**料** 100円(初回のみ)

**持** 飲み物、運動靴、ヨガマット(バスタオル)など

**他** 運動できる服装

**申 問** 9月14日(水)までに健康長寿課地域包括ケア推進担当へ

## 定例健康ウォーク

ウォーキングは、健康づくりにとっても有効な運動です。定例健康ウォークは講師付きなので、初心者でも安心して参加できます。健康づくりのきっかけに、参加してみませんか。

**対** 市内在住の方

**日** 10月14日(金)9時30分～12時

**※** 雨天の場合は、室内で運動を行います

**場** 東市民センター

**講** 鶴ヶ島ウォーキングクラブ

**内** 3～5kmのコースを歩きます

**定** 20人(申込順)

**料** 無料

**持** 飲み物、タオル、帽子、レジャーシート、筆記具

**他** 両手のあく服装でお越しください

**申 問** 9月2日(金)から健康長寿課健康増進担当へ

## フレイルチェック測定会

外出自粛の長期化により、「上手に話ができなくなった」「歩く速度が遅くなった」「物忘れが多くなった」と感じることはありませんか。もしかしたら、心身の活力が低下した「フレイル(虚弱)」の状態にあるかもしれません。早めの気づきと適切な対処方法を学び、健康長寿を目指しましょう!

参加した方には、毎日の歩数でポイントが貯まり、県産農産品などが抽選で当たる「埼玉県コバトン健康マイレージ歩数計」をプレゼントします。

**※** 歩数計プレゼントの対象者は初めてコバトン健康マイレージに参加する方に限ります(すでに歩数計やスマートフォンで参加済みの方は対象外)

**対** 市内在住の65歳以上の方

1日目 (フレイルチェック測定会)	2日目 (フレイル予防ミニ講座)
9月15日(木)10時～12時	9月29日(木)10時～12時

**内** 【1日目】質問紙を用いたフレイルの兆候の確認、測定機器を使用した筋力量などの測定【2日目】フレイル予防ミニ講座、歯科衛生士・管理栄養士・保健師によるフレイル予防についての講話

**場** 富士見市民センター **定** 15人(申込順)

**料** 無料 **持** 筆記具、飲み物

**他** 測定しやすい服装(裾をひざ下まで上げられるズボンなど)を着用し、2回連続でご参加ください。

**申 問** 9月5日(月)から健康長寿課健康増進担当へ

コバトン健康マイレージ  
 詳細はこちら



## フレイルサポーター養成講座

フレイルサポーターは、フレイル(※)予防の普及啓発を行うボランティアです。主な活動は、高齢者を対象とした「フレイルチェック測定会」の実施です。フレイルサポーターになって地域で楽しく活動してみませんか?

**※** 高齢になって筋力や心身の活力が衰えた段階

**応募要件(以下の要件を全て満たす方)**

・市内在住で、フレイル予防に関心があり、地域で積極的に普及啓発を行う意欲がある

・養成講座すべての日程に参加可能(下記プログラム参照)

・令和5年度以降実施する市内公共施設でのフレイルチェック測定会に参加可能(概ね月1～2回程度)

**プログラム**

日程	内容
9月30日(金)	開講式
10月 7日(金)	フレイル予防についての講義
10月14日(金)	測定などの実技
10月21日(金)	模擬フレイルチェックに向けた練習
10月28日(金)	模擬フレイルチェックの実践
11月 4日(金)	模擬フレイルチェックの振り返り、修了式

**時** 10時～12時 **場** 市役所3階庁議室 (時間・場所は全日程共通)

**他** 養成講座終了後、事後研修と現場体験を設けています。日程は、市ホームページまたは市内公共施設に設置しているチラシをご覧ください。

**定** 20人(応募者多数の場合は抽選)

**料** 無料 **持** 筆記具

**申 問** 9月9日(金)までに電話またはメールフォームから健康長寿課健康増進担当へ

申込はこちら



## 生活習慣病予防のための料理教室

自分や家族のために、おいしく健康になれる料理の工夫を知って、食事を作ってみませんか。

**対** 市内在住の成人

**日** 9月28日(水)10時～13時

**場** 西市民センター

**講** 食生活改善推進員

**【メニュー】** つる風サフランピラフ、地場産サラダ、グリーンスープ

**定** 20人(申込順) **料** 500円

**持** 筆記具、エプロン、三角巾、台ふきん、皿用ふきん

**申 問** 9月5日(月)から22日(木)までに健康長寿課健康増進担当へ  
電話またはメールフォームから



申込はこちら

## 高齢者のためのスマホ教室～安心！安全にスマホを使おう～

高齢者を対象としたスマホ教室(3回連続講座)を開催します。「スマートフォンを買い替えたいけれど操作に不安を感じている方」や「初めてスマートフォンを使う方」にお勧めの講座です。スマートフォンをお持ちでない方でも「貸出機」を使って講習に参加できます。安心してお申込みください。

※ 8月に実施した講座と同じ内容です。

**対** 市内在住65歳以上の方

会場	日程		時間
富士見 市民センター	入門編	10月11日(火)	9時30分～11時30分
	応用編	10月18日(火)	
	活用編	10月25日(火)	
南市民 センター	入門編	10月13日(木)	9時30分～11時30分
	応用編	10月20日(木)	
	活用編	10月27日(木)	
西市民 センター	入門編	10月14日(金)	9時30分～11時30分
	応用編	10月21日(金)	
	活用編	10月28日(金)	
北市民 センター	入門編	10月17日(月)	13時30分～15時30分
	応用編	10月24日(月)	
	活用編	10月31日(月)	

**内** 【1日目】入門編「メールやカメラの操作、音楽や動画を楽しむなど」

【2日目】応用編「アプリをダウンロードしてスマホを楽しむ、災害に備える(天気予報、エリアメール)など」

【3日目】活用編「オンラインでつながろう、埼玉県コバトン健康マイレージ(インストール支援)など」

**講** 携帯電話会社から派遣

**定** 各会場15人(応募多数の場合は抽選)

※ 各会場とも、3日間全てに参加できる方を対象とします

※ 抽選結果は、9月21日(水)までにお知らせします

**料** 無料 **持** 飲み物

**申 問** 9月9日(金)までに健康長寿課地域包括ケア推進担当へ

「まちづくりポイント発行対象事業」には  マークが表示されています。問合先

## 案内

### サークル地域還元講座 「スクエアダンス体験教室」

難しいステップはありません。聞いて歩くウォーキングダンスで脳トレと運動不足解消はいかがですか？

**対** 市内在住在勤で、75歳までの健康な方(ただし、コロナワクチンを接種済みの方)

**日** 9月28日(水)、10月5日(水)、12日(水)12時30分～14時

**場** 南市民センター

**講** 鶴ヶ島スクエアダンスクラブ

**定** 15人(申込順)

**料** 無料 **持** 白手袋

**他** 動きやすい服装

**申 問** 9月6日(火)から南市民センターへ ☎287・0235

### 「薬局と薬の基本のはなし」 &出張相談会

**対** 市内在住で介護に関心のある方

**日** ①9月15日(木)②9月29日(木)  
第1部13時～14時、第2部14時～14時30分

**場** ①東市民センター②富士見市民センター

**講** 伊原慎二郎さん(薬剤師)

**内** 【第1部】「薬局と薬の基本のはなし」薬の飲み方、薬局・薬剤師のできることなどをお話しします。

【第2部】「認知症地域支援推進員出張相談会」認知症地域支援推進員や地域包括支援センター職員が個別にも忘れや医療、介護の相談に対応します。

※ 同じ内容で、2日間開催

※ 第1部のみ、第2部のみ参加も可能

**定** 各回15人(申込順)

**料** 無料

**持** 水分補給用の飲み物

**申 問** ①9月12日(月)まで、②9月26日(月)までに、地域包括支援センターへ ☎271・5123

地域活動推進課地域活動推進担当





## 認知症市民公開講座

座ったままでできる簡単なゲームで、楽しく脳を活性化してみませんか？間違えたって面白い！いつの間にかみんなでニコニコ！

**対** 鶴ヶ島市または坂戸市在住在勤の方

**日** 10月1日(土)14時～15時(13時30分開場)

**場** 鶴ヶ島市役所1階ロビー

**内** 脳活性化ゲーム

**定** 50人(申込順) **料** 無料

**講** みつつのあ研究所

※ 坂戸鶴ヶ島医師会・坂戸市と共催

**申 問** 9月9日(金)より健康長寿課地域包括ケア推進担当へ

## 認知症サポーター養成講座

「認知症サポーター」とは、何か特別なことをするのではなく、認知症という病気を正しく理解して、その人と家族を見守る応援者です。認知症になっても安心して暮らせるまちを目指して、認知症について学び、「認知症サポーター」になりませんか。

**対** 市内在住在勤の方

**日** 9月27日(火)14時～15時30分

**場** 市役所5階会議室

**内** 認知症についての講話

**定** 15人(応募多数の場合は抽選)

**料** 無料 **持** 筆記具、飲み物

**申 問** 9月1日(木)から14日(水)までに健康長寿課地域包括ケア推進担当へ

## 健康管理講習

毎日の食事を少し工夫すると、今より元気になります。興味のある方は是非ご参加ください。

**日** 9月29日(木)14時～16時

**場** 鶴ヶ島市商工会館

**講** 西村早苗さん(女子栄養大学准教授)

**内** 今よりちょっと先の健康のために！食べ方の工夫

**定** 20人(申込順)

**料** 無料

**申 問** 9月22日(木)までに鶴ヶ島市商工会へ☎287・1255

## 認知症について考えてみませんか

9月21日は「世界アルツハイマーデー」、9月は「世界アルツハイマー月間」です。アルツハイマーデーとアルツハイマー月間は、「国際アルツハイマー病協会」(ADI)が世界保健機関(WHO)と共同で制定し、認知症に関する様々な取組を行っています。この機会に、認知症のことを考えてみませんか。

市では次のような取組を行っています。お気軽にご参加ください。

◆認知症予防脳トレ教室 ◆認知症サポーター養成講座

◆シルバーeスポーツ体験会(老人福祉センターにて開催中)

◆認知症講話・相談会 ◆オレンジカフェにこまる

◆認知症市民公開講座(坂戸市、坂戸鶴ヶ島医師会共催事業)

◆9月16日(金)～29日(木)認知症についての理解が進むよう、市役所1階ロビーで認知症に関する情報を展示

**問** 健康長寿課地域包括ケア推進担当



HPIはこちら

## 認知症予防脳トレ教室

「あれ」「それ」という言葉が増えた、ということはありませんか。ゲームや簡単な問題を解きながら楽しく脳トレを行う、認知症予防のための教室です。

**対** 市内在住で65歳以上の方(要介護・要支援認定者および介護予防・日常生活支援総合事業対象者を除く)

**日** 10月12日(水)から毎週水曜日10時～11時30分(全8回)

**場** 東市民センター

**内** クイズや体を使ったゲームなどを取り入れた脳トレ

**定** 30人 ※ 応募者多数の場合は抽選ですが、前回参加していない方を優先します。結果については、初回の1週間前までに郵送します

**料** 100円(初回のみ) **持** 筆記具、飲み物

**申 問** 9月16日(金)までに健康長寿課地域包括ケア推進担当へ

## 介護施設就業支援制度説明会～介護施設で働きたいあなたに、埼玉県の安心サポート！～

埼玉県では介護施設での就業支援を幅広く行っています。興味のある方は、支援制度の説明会へご参加ください。参加条件は予約時に確認してください。

**対** 介護職、介護補助職に興味のある方で、現在求職中の方

**日** 9月30日(金)13時30分～15時30分

**場** 市役所5階会議室

**内** 介護のお仕事就業支援内容の説明 **持** 筆記具

**申** 前日までに電話またはホームページから申込み

**問** (株)シグマスタッフ大宮支店

☎048・782・5173

※ 県高齢者福祉課の委託事業です(埼玉県介護人材確保総合推進事業)



申込はこちら

## ひとり親のためのパソコン教室

ひとり親家庭の自立促進に向け、就業に必要な技能と知識を習得し、就職活動を充実させるため、パソコン教室を開催します。

**対** ひとり親家庭の親または寡婦

**日** 10月5日(水)・6日(木)10時30分～15時30分(全2日間)

**場** 坂戸市文化施設オルモ(坂戸市芦山町1-2)

**内** 選べるワード・エクセル講座

**定** 20人(応募多数の場合抽選)

**料** 800円(教材費)

**申** 「パソコン教室(第3回)／郵便番号・住所／氏名／年齢／電話番号」を明記の上、往復はがき(〒330-0074さいたま市浦和区北浦和5-6-5埼玉県浦和合同庁舎内(公財)埼玉県ひとり親福祉連合会)かメール(☎ info@saiboren.or.jp)で申込み(9月16日(金)必着)

**問** 同連合会☎048・822・1951