

# 福祉のひろば

## 災害ボランティアミーティング



「能登半島地震－被災地域と連携したコミュニティ支援」をテーマに講演会を開催します。

時 2月23日(祝)午前10時～正午

所 市民会館・萌え木ホール(商工会館3階)

講 間瀬達成さん(東京ボランティア・市民活動センター職員)

定 50人(申込順)

申 2月3日から、申込フォームで

固 小金井ボランティア・市民活動センター(☎042-387-0011)

## ひとりぐらし高齢者交流会 ポッチャを楽しもう

時 3月4日(火)、6日(木)午後2時～4時

所 小金井 宮地楽器ホール小ホール

固 70歳以上のひとり暮らしの方

※同一または隣接した敷地・建物内に配偶者または2親等以内の血族が居住している方を除く

定 各日40人(申込順)

¥500円

申 2月3日～14日に、電話で社会福祉協議会(☎042-387-0011)へ

## 心と体を元気にする 介護者カフェ&簡単体操でリフレッシュ!



ラテアートコーヒーを飲みながら、心と体をリフレッシュしませんか。

時 3月1日(土)午前10時～11時30分

所 小金井あみず苑(前原町5-3-24)

講 森田垂希恵さん(困りごとコンシェルジュ)

固 市内在住・在勤で、介護をしているまたは考えている方

定 15人(多数抽選)

申 2月20日までに、市申込フォームまたは電話で小金井あみず苑(☎042-388-7511)へ

## 意外と知らない介護の基本 動作・移動介助のコツ

リハビリテーション専門職が、ベッド上での動作のコツ等を実践も交えて、分かりやすくお伝えします。

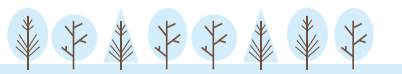
時 3月7日(金)午前10時～11時30分

所 社会医学技術学院

固 市内在住・在勤・在学の方

定 25人(申込順)

申 2月3日から、電話で介護福祉課包括支援係(☎042-387-9845)へ



## まなぶ・語る・つなげる 家族の会

「食欲がおちてきた高齢者の効率的な栄養補給」をテーマに学びます。

時 2月15日(土)午後1時～3時

所 特別養護老人ホームつきみの園(中町2-15-25)

講 長澤茉莉さん(管理栄養士)

固 高齢者を介護している家族

定 15人(申込順)

他 介護が必要な方がいて、参加が難しい方は事前にご相談ください

申 2月1日から、電話で小金井ひがし地域包括支援センター(☎042-386-6514)へ

## 認知症家族の集い

専門の先生による講義と認知症の方を介護している家族同士で悩みや不安を語り合います。

時 3月1日(土)午後1時～3時

所 上之原会館

講 五島シズさん(認知症ケアアドバイザー)

固 認知症の方を介護している家族

定 10人(申込順)

申 2月10日から、電話で緑寿園ケアセンター(☎042-462-1206)へ

## 認知症サポーター養成講座



テキストが新しくなりました。再受講も可能です。

時 2月14日(金)午後2時～3時30分

所 市役所第二庁舎8階801会議室

固 市内在住・在勤・在学の方

定 20人(申込順)

申 2月3日から、市申込フォームまたは電話で小金井みなみ地域包括支援センター(☎042-388-8400)へ

## 成年後見制度等 市民啓発講演会

「老いじたくを考える－相続・遺言・成年後見制度」をテーマに講演会を開催します。

時 2月27日(木)午前10時から

所 社会福祉協議会

講 久保晶子さん(行政書士)

定 40人(申込順)

申 2月3日から、電話で権利擁護センター(☎042-386-0121)へ

## 相続・遺言・成年後見制度 相談会

司法書士が相談に応じます。

時 2月27日(木)午後1時30分～3時40分

## 社会福祉協議会

定 12人(申込順)

申 2月3日から、電話で権利擁護センター(☎042-386-0121)へ

## いのちを支える 自殺対策推進講座

時 3月1日(土)午後2時～4時

所 公民館貫井北分館

講 有田モト子さん(臨床心理士)

定 30人(申込順)

申 2月1日から、電話、Eメールまたは直接、氏名・電話番号を図書館貫井北分室(☎042-385-3561) nuk uikita-lib@kcd.biglobe.ne.jp)へ

## シルバー人材センター マンツーマン無料Zoom教室 初級コース

パソコンやスマートフォンで複数人と交流できるZoomの使い方を習得する講座です。

時 2月6日(木)午前10時～正午＝東町会議室(東町4-38-26トーケンプラザ2階)、11日(祝)午前10時～正午＝本町作業所(本町6-5-16)

※全2回。2回目の開催日は別途案内

## シルバー人材センター 学習教室・子ども英語教室



学習教室は国語・算数・英語・数学の教室があります。子ども英語教室はゲームや歌を通して楽しみながら学びます。各教室の詳細は同センターホームページをご覧ください。

申 2月3日から、電話でシルバー人材センター(☎0422-27-7117)へ

## 赤ちゃんのための おはなし会

時 2月14日(金)午前11時～11時30分

所 公民館東分館

固 市内在住・在勤・在学の0～2歳児と保護者

定 10組(申込順)

申 2月1日から、電話または直接、図書館東分室(☎042-383-4550)へ

## 母子保健ガイド

### 離乳食教室

時 2月14日(金)午前11時～11時30分

固 市内在住・在勤・在学の0～2歳児と保護者

定 10組(申込順)

申 2月1日から、電話または直接、図書館東分室(☎042-383-4550)へ

固 市内在住で、メールを使用できる65歳以上の方

定 各日6人※最少開催人数は2人

申 2月4日までに、電話またはEメールで希望教室名・住所・氏名・年齢・電話番号をシルバー人材センター(☎0422-27-7117) silver@koga nei-sc.or.jp)へ

## 子育て支援募金運動にご協力を

市民の皆さんから寄せられた寄付金は、子育て・子育て支援事業に活用させていただきます。

ご協力をお願いします。

■期間 2月3日(月)～28日(金)

固 社会福祉協議会(☎042-387-0011)

## 善意の輪

市取扱分

◎12月分

【特定寄附】

◆乳幼児のために

▷ベビーベッド＝東小金井小児神経・脳神経内科クリニック



## 子ども・子育て

▷完了食への進め方＝3月14日(金)午前9時40分～10時25分・10時40分～11時25分、おおむね1歳～1歳3か月児の保護者

固 歯科衛生士・管理栄養士による講義など

定 各回12人(申込順)

### むし歯予防教室

時 3月6日、13日、27日いずれも木曜日午前9時から、9時30分から

固 歯磨き、栄養相談など※希望者は歯科健診を受診可

固 令和4年8月～6年2月生まれの子ども

定 各回6人(申込順)

他 転入等で対象年齢を過ぎている場合はご相談ください

### 両親学級

時 3月8日(土)午前9時30分～正午、10日(月)午前10時～午後0時30分

固 妊娠・出産・育児の話、沐浴実習

固 おおむね16～27週の妊婦・パートナーの方(妊娠週数は目安。初産婦のみ)

定 各日44人(申込順)

### 共通

所 保健センター

申 2月3日から、電話でこども家庭センター母子保健係(☎042-321-6296)へ