

【情報館】・特にことわりのないものは5月1日(木)から申し込みを受け付けます。・費用などの記載がないものは無料です。

あなたのマチの地域包括支援センター①

問 高齢者支援課 ☎ 2998-9120



今号から、高齢者の方々がいつまでもいきいきとすこやかに暮らせるよう市と連携して各種事業を行う14カ所の地域包括支援センターとその取り組みを紹介していきます。

◆新所沢東地域包括支援センター

場 東狭山ヶ丘5-928-1

問 ☎ 2921-5599 ☎ 2921-5533

担当地域 ▶ 弥生町 ▶ 美原町 ▶ 北所沢町 ▶ 花園 ▶ 松葉町 ▶ 北岩岡632

『介護予防教室』

市では地域包括支援センターが担当圏域において、健康体操や認知症・栄養・口腔の健康などの各種講座を開催し、生活機能が低下しないよう取り組むことで、市民の皆さんが、介護サービスなどを利用することなく毎日、元気に生活していけることを目指しています。

新所沢東地域包括支援センターの実施している介護予防教室では食生活などをテーマに栄養改善を目的としたもの、膝や腰、正しい歩き方をテーマに運動器の機能向上を目的としたものなどを開催しています。



▲介護予防教室の様子

地域の高齢者の方の要望や、介護予防教室後に実施するアンケートを参考に、どのようなテーマで介護予防教室を実施するのかを決めます。

参加者からは「現在の生活を見直すことができた。今後の生活の参考にしたい」「参加したことで、久しぶりに体を動かして良かった」「地域の方とお話できて良かった。ぜひまた参加したい」との感想をいただいています。

各地区の地域包括支援センターでも介護予防教室を開催しています。ぜひ、ご参加ください。

みどりのカーテンを作りませんか
アサガオとゴーヤの種を配布

配布日 5月1日(木)

配布場所 市役所5階みどり自然課、まちづくりセンター、小手指公民館分館、リサイクルふれあい館、男女共同参画推進センターふらっと

無くなり次第終了します。
問 みどり自然課
☎ 2998-9373

ふれあい活動支援事業

市では、市内在住の障害者やその家族による団体が研修旅行などでバスを利用する際の補助を行います。
対 市内在住の障害者本人とその家族によるおおむね15人以上の団体
◎ 法人は対象外です。
申 問 障害福祉課
☎ 2998-9116へ電話

九都県市一斉自転車マナーアップ強化月間

実施期間 5月1日(木)～31日(土)
重点目標 ▼ 自転車交通ルールの遵守
おおよびマナーの向上 ▼ 自転車の点検整備の促進 ▼ 自転車損害保険

などへの加入促進 ▼ 幼児・児童および生徒・高齢者の自転車乗用時のヘルメットの着用促進

問 交通安全課 ☎ 2998-9140

水道料金等の検針と収納の委託

検針委託法人名/委託内容 アクア イースト(株) (志木市上宗岡2-20-31) ☎ 048-475-1151
1/給水区域内での検針業務
収納委託法人名/委託内容 S M B Cファイナンスサービス(株) (東京都港区三田3-5-27) ☎ 03-5444-1518/コンビニエンス・ストアでの収納業務
問 上下水道部料金課
☎ 2921-1080

公共下水道処理区域拡大に伴う縦覧

5月15日(木)からの処理区域の拡大に伴う関係図面の縦覧を行います。
日 5月1日(木)～14日(水)
場 問 上下水道部庁舎2階下水道維持課 ☎ 2921-1022

雨水浸透ますの材料支給制度 雨水は地下に浸透させましよう

対象物件 市内の住宅などの敷地

◎ 開発行為対象物件は除きます。
支給材料 雨水浸透ます(コンクリート製品またはポリプロピレン製品)、砕石、透水シート

申 所沢市下水道排水設備指定工事店に依頼し工事

問 設置工事費用は自己負担です。
上下水道部下水道維持課
☎ 2921-1022

パブリックコメントの結果を公表

◆ 第2次所沢市ひとり親家庭等自立支援計画(素案) 公表方法 市役所2階こども支援課、同1階市政情報センター、まちづくりセンターで閲覧・配布のほか、市HP(「パブリックコメント」で検索)でご覧になれます。
問 こども支援課
☎ 2998-9124

空間放射線量の測定結果

市内10カ所を測定したところ平常時の放射線量の限度(自然放射線などを除く)を下回っていました。
測定日 4月10日
測定結果 0.03～0.06マイクロシーベルト/時

問 環境対策課 ☎ 2998-9230



所沢市議会「議会報告会」

日 場 ①5月14日(水)午後7時～/旧市庁舎ホール ②5月17日(土)午後2時～/中富南コミュニケーションセンター
◎ 会場へ直接お越しください。なお、面日とも手話通訳があります。詳細は、「ところざわ市議会だより」第170号または市HP(「市議会」をクリック)をご覧ください。
問 議会事務局 ☎ 2998-9256

行政相談

国などの行政機関に対する苦情や要望について相談をお受けします。

◆特設行政相談

日 5月9日(金)午前10時～11時30分、午後1時～3時30分(受付)
場 市役所1階市民ホール

◆定例相談

日 場 毎週金曜日午後1時～3時30分(受付) / 市役所1階市民相談課

行政相談委員(敬称略) ▼ 河本令子(北有楽町) ▼ 池田美知子(小手指南) ▼ 越部芳加(牛沼) ▼ 荒井恵海(上山口) ▼ 野沢康志(南永井) ▼ 大館洋子(小手指元町)

◎ 会場へ直接お越しください。関東管区行政評価局 ☎ 0570-090-1110でも相談をお受けします。
問 市民相談課 ☎ 2998-9092

暮らしの中の悩みごと相談

日 5月13日(火)午前10時～11時30分、午後1時～3時30分(受付)
場 市役所1階市民相談課
◎ 会場へ直接お越しください。
問 市民相談課 ☎ 2998-9092

6月1日は人権擁護委員の日 特設人権相談

日 6月2日(月)・3日(火)午前10時～午後3時30分(受付)

児童館へ行こう(5月の主な行事)

行事によっては、事前に申し込みが必要です。詳細は、各児童館にお問い合わせいただくか、市HPをご覧ください。

児童館名	電話番号	行事名/開催日時
ひばり	2926-8669	■ダンボールオセロ / 5月9日(金)午後3時30分～ / 参加自由
こぼと	2924-3065	■ドッジボール大会 / 5月14日(水)午後4時～ / 小学生対象 / 要申込
つばめ	2922-0410	■トランポリン / 5月18日(日)午前11時～11時45分 / 幼児とその保護者 / 参加自由
つばき	2923-6155	■おもちゃの病院 / 5月17日(土)午前9時30分～ / 参加自由
すみれ	2949-3826	■すみれおたのしみ会 / 5月17日(土)午後1時30分～ / 食券制 / 要申込
さくら	2998-5912	■オセロ大会 / 5月7日(水)午後3時30分～ / 参加自由
わかば	2948-3222	■バドミントンをしよう / 毎週土曜日(5月3日(祝)は除く) 午前9時～午後5時15分 / 参加自由
まつば	2995-0995	■綱引き大会! / 5月23日(金)午後3時～ / 参加自由
みどり	2928-8414	■スポーツ大会 / 5月5日(祝)午後1時～ / 参加自由
やなぎ	2944-8819	■シャボン玉あそび / 5月20日(火)①午前10時30分～ / 乳幼児対象②午後3時30分～ / 小学生対象 / 参加自由
ひかり	2996-3995	■こどもの日スペシャル / 5月5日(祝)午後2時～3時 / 参加自由

不動産に関するトラブルなど
問 市民相談課 ☎ 2998-9092

マンション管理士による 無料定期相談会(予約制)

日 場 5月22日(木)午後1時30分～4時30分 / 市役所1階市民ホール
対 市内のマンション管理組合・マンション居住者など
申 問 5月16日(金)までに都市整備課 ☎ 2998-9208へ電話

介護予防講演会

日 5月22日(木)午前10時30分～正午
場 松井まちづくりセンターホール
定 先着200人
◎ 会場へ直接お越しください。
講 所沢明生病院医師・山田達夫さん
テ ーマ 「地域で取り組む認知症予防」
問 松井東地域包括支援センター
☎ 2951-5500

