

介護

羽村市認知症月間講演会
認知症についてもよりよく生きる

認知症になっても、一人一人の個性と能力を大切にしながら、地域のみなで支え合い、住み慣れた羽村市で自分らしく暮らし続ける方法があります。

今を大切に生きるために、自分たちができることを一緒に考えてみませんか。

日時 9月23日(火・祝) 午前10時～正午

会場 プリモホールゆとりぎ小ホール

対象 市内在住・在勤・在学の方

定員 200人(申込順)

講師 永田久美子さん(認知症介護研究・研修東京センター副センター長 兼研究部長)

申込み・問合せ 9月22日(月)正午までに、下の申込フォームまたは電話で、高齢福祉介護課

介護予防・地域支援係
(内)197へ



▲永田 久美子さん



◀申込フォーム

みんなで続ける介護予防体操説明会
集まろう 通いの場

市では、介護予防体操に取り組み「通いの場」づくりを支援しています。地域の中で、高齢の皆さんが集まれる「通いの場」をつくりませんか。

※通いの場とは、地域の皆さんが自主的に身近な場所・施設などに集まり、健康づくりや介護予防の輪を広げる活動です。

※体力に自信のない方向けに、椅子を使った体操を行います。

日時 9月17日(水)午前10時～11時30分

会場 S&Dスポーツアリーナ羽村2階会議室

定員 10人(申込順)

持ち物 汗拭きタオル、飲み物、緊急連絡先の控え

※運動ができる服装靴でお越しください。

内容 「フレイル」とは何か／椅子を使った体操実技／体操を継続するための3か月応援プラン

講師 リハビリテーション専門職(理学療法士・作業療法士言語聴覚士など)

申込み・問合せ 9月16日(火)までに、左の申込フォーム、電話、または直接、高齢福祉

介護課介護予防・地域支援係(内)196へ



▲申込フォーム

参加者募集

介護予防リーダー養成研修

高齢者対象の健康体操教室を運営するボランティアを養成します。

期間 10月3日(金)～12月12日(金)の毎週金曜日(全11回)

時間 初回は午前9時30分～11時。2回目以降は午前9時30分～11時30分

会場 S&Dスポーツアリーナ羽村2階会議室

対象 市内在住で、研修終了後に介護予防リーダーとして活動できる方(18歳以上)

定員 10人(申込順)

持ち物 筆記用具、飲み物、タオルなど

内容 介護予防や高齢者の運動・栄養・口腔機能向上・認知機能低下予防などの講義、グループワーク、実技演習

介護予防体操会場の見学

申込み・問合せ 9月26日(金)午後5時までに、左の申込フォームまたは電話で、高齢福祉介護課介護予防・地域支援係(内)197へ



▲申込フォーム

当日参加可能

家族介護者リフレッシュの会

認知症などの家族を介護している方の交流会です。日々の思いや迷いを共有してみませんか。介護支援の専門職が皆さんの思いに寄り添います。

日時 9月17日(水)午前10時～正午

会場 プリモホールゆとりぎ学習室1

定員 10人(申込順)

申込み・問合せ 電話で、地域包括支援センターあさひへ☎5555-8815

暮らし

国民健康保険の資格確認書・資格情報のお知らせを送付

現在交付されている、羽村市国民健康保険の「資格確認書」および「被保険者証」の有効期限は9月30日(火)です。

「資格確認書」もしくは「被保険者証」をお持ちの方に、10月1日以降利用可能な「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」を、世帯主宛に送付します。

マイナ保険証の登録をしていない方には「資格確認書」を、マイナ保険証を登録している方には「資格情報のお知らせ」を送付します。

※資格確認書は簡易書留で送付します。
問合せ 市民課保険係(内)126



第122回 猛暑の悪循環を止められる？



▲クール先生

クール 最近の夏は冷房なしでは暮らせないね。

エコ そうですね。それに夏が長くなっている気がします。5月にも夏日があつて半袖でも暑かつたし、6月もとても暑かつたなあ。

クール 今年の6月の日本の平均気温は、統計を開始した1898年以降の6月の平均気温の最高を大幅に更新したね。スペインのエル・グラナドでは6月28日に46℃を記録したし、フランスでは7月に入つてすぐ、災害的な猛暑ということの一部の学校が休校になったんだ。

暑くてエアコンをつける時間が長くなると電気を今までより多く使うからCO₂の排出量が増える。すると地球は温室効果の影響でもっと暑くなるから、さらにエアコンをたくさん使うようになる、すると…。地球はどんどん暑くなるね。

エコ いやだ、悪循環ですね。そういえば、家の窓に内窓をつけて二重

▲エコちゃん
窓にしたり、屋根や外壁に特別な塗装をしたり、エアコンの

使用を減らす方法を前に教えてもらいましたね。

クール そう、特別な塗装は「遮熱塗装」だね。家庭では、そのような方法で、家の断熱をしつかりする。あとね、最上階の部屋は特に暑いから天井に断熱材を足すと効果的。実は長野県の高校では生徒も一緒に教室を断熱する「教室断熱ワークシヨップ」を実施しているんだ。

エコ 教室断熱ワークシヨップって、大工さんと一緒に生徒が断熱材を入れたりするんですか。

クール そうなんだ。生徒・先生、専門家、地域の工務店と一緒に企画して作業する。自分たちの手でCO₂を減らすための新しい行動をしていく姿勢がすてきだね。それを機会に環境への関心も深くなる。エコちゃんのような子どもたちこそ、自分たちの未来のことだから真剣にアイデアを出し、行動をしくちや。

エコ わかりました！クラスのみんなとを考えてみます！

問合せ 環境政策課(内)225

生ごみ堆肥化講習会

ダンボールを使う方法と、発酵促進剤を使う方法の2種類に挑戦！

できた堆肥は野菜や花の栽培に使用でき、ごみの減量になります。

日時 9月28日(日)午前10時～11時30分

会場 プリモホールゆとりぎ創作室1

対象 市内在住・在勤の方

定員 15人(申込順)

申込み・問合せ 8月15日(金)～9月5日(金)までに電話または直接、生活環境課(内)205へ

心身障害者医療費助成制度(障)
新しい受給者証の送付

該当する方には、8月末までに新しい受給者証を送付します。健康保険の変更や、転出などで資格がなくなった場合は、障害福祉課へ連絡してください。

※身体障害者手帳1・2級の方(内部障害を含んだ手帳については1・3級)、愛の手帳1・2度の方、精神障害者保健福祉手帳1級の方が対象の医療費助成制度です。

※所得や年齢によっては対象外となる場合があります。

問合せ 障害福祉課障害福祉係(内)173

推薦してください 青少年健全育成成功労者、模範青少年等

11月8日(土)の青少年健全育成の日事業で、表彰を行います。表彰には町内会・自治会、青少年対策地区委員会、小・中学校、高等学校、PTA、青少年育成団体からの推薦が必要です。該当する方または該当する方を知っている方は、各団体に申し出てください。

表彰対象 市内在住・在勤・在学の方
表彰基準

○青少年健全育成成功労者

次のいずれかの活動に5年以上従事した18歳以上の方

- ① 青少年および青少年団体の指導育成活動
- ② 青少年を取り巻く社会環境浄化活動
- ③ 青少年の健全育成活動

○模範青少年または模範青少年団体

次のいずれかに該当する18歳未満の方
① 社会環境美化など公共への奉仕活動に3年以上従事した方

② 地域活動に従事し、青少年などの模範として認められる方

※過去に表彰された方は対象となりません。

※年齢は、令和7年4月1日現在、活動年数は令和7年9月1日現在です。

推薦期限 9月1日(月)

※表彰者は、選考委員会で審査して決定します。

問合せ 子ども政策課(内)261