

# 目指せ!“幸”齢化⑦

☎高齢者支援課 ☎2998 - 9120

## 高齢者の味方＝地域包括支援センター



会社を定年退職しました。これからの生活を考えると、親の介護のことも心配だし、自分自身の健康も気になります。どこか気軽に相談できる場所はありますか？

市内に14箇所ある「地域包括支援センター」では、主に65歳以上の方を対象に、介護保険や福祉の相談、介護予防事業、地域の活動の支援などを行っています。主任ケアマネジャーや社会福祉士、保健師などの専門職が相談に応じますので、まずはお気軽にお電話ください。費用は無料です。

「最近、身体が思うように動かなくなった」「親が同じことを何度も聞いてくる、認知症ではないか」「近所の方が家族から虐待されている」など、さまざまな相談ができますし、ご自宅への訪問相談も行っています。

◎お近くの地域包括支援センターがわからないときは、高齢者支援課にお問い合わせください。



専門の人に相談できるなんて、心強い味方ですね！

次号は、“幸”齢化を目指して、拡大版最終回！

行事名	開催日時
包丁研ぎ講習会	3月18日(土)午後1時30分～／要申込
傘修理(1人1本・部品代実費)	3月18日(土)午後1時～
おもちゃの病院	3月25日(土)午後1時～
大型再生家具抽選会(40点程度)	3月11日(土)・25日(土)午前11時～(要申込／当日は午前10時30分まで)
小型家具即日頒布(10点程度)	毎週日曜日午前11時～(中止の場合あり／要事前問い合わせ)
大型再生家具の回収(木製で再使用可能なもの)	3月2日(休)・12日(日)・24日(金)(要申込・要手数料)

①エゴロの行事  
リサイクルふれあい館エゴロの行事

- ② 羽織からベストを作る  
3月15日(水)午前10時～午後3時  
定員10人(抽選)  
費用500円
- ③ 裂き布ぞり講習会  
3月19日(日)午前9時30分～午後0時30分  
定員16人(抽選)  
費用50円
- ④ サンドブラスト  
3月25日(土)午前9時30分～午後0時30分  
定員10人(抽選)
- ⑤ 大人のための自然観察会  
「目覚めの森から水温む湿地へ」  
3月25日(土)午前9時30分～午後2時30分
- ⑥ 高校生以上  
申し込み先着20人  
持参品、飲み物、筆記用具  
費用300円
- ⑦ 狭山丘陵  
基礎から学ぶ植物画講座  
平成29年4月14日(金)～30年3月9日(金)午前9時30分～午後3時(全13回)  
対高校生以上  
申し込み先着15人  
持参品、飲み物、筆記用具  
費用1万3千円(画材含む)／13回分(一括払い)
- ⑧ 定例ガイドウォーク  
3月4日(土)・5日(日)午後1時30分～2時30分  
集合 ①早稲田大学バス停(小手指駅から徒歩西武バス) ②③同センター(下山口駅から徒歩15分) ④6日(月)、13日(月)、21日(火)、27日(月)
- ⑨ ①②★同センター ☎29939・9412に電話 ③当日受け付け



### 成年後見・権利擁護あんしん相談

毎月第4木曜日午前10時～正午(1組30分以内)

場ごとと福祉の未来館(泉町) ◎会場に直接お越しください。  
成年後見制度、権利侵害、財産管理、相続など  
所沢市社会福祉協議会 ☎2929・1711

### 募集

### 4月8日(土)所沢民踊まつりの参加団体を募集

希望する団体は、踊る曲目のテープ・CDなどを持参の上、代表者会議に出席してください。  
参加団体代表者会議  
3月10日(金)午後2時30分  
場所 所沢航空発祥記念館  
所沢市観光協会事務局(商業観光課内) ☎29998・9155

### 高齢者大学の学生を募集

市内在住の満60歳以上(昭和32年4月1日以前生まれ)で全講座受講可能な方(受講経験者不可)  
定員男女各80人(抽選)  
4月4日(木)までに全員に結果を通知します。1人で2通以上の申し込みは無効です。

健康管理、社会福祉、一般教養 身近な法律、体操、課外活動など  
費用6千円(課外活動などは実費)  
平成29年4月～30年2月(1年制) 月3日程度/各日午前・午後の2講座(1講座2時間程度)  
場所 市役所ほか  
募集案内を閲覧の上、3月10日(金)(必着)までに申込書を市役所1階高齢者支援課 ☎29998・9120に提出

### 市民活動支援センター臨時職員を募集

募集案内は、同課、老人福祉センター・老人憩の家、まちづくりセンター、コミュニティセンター、生涯

## City Topix

### 市民のための、憲章！

昭和62年3月、市民一人一人が人の和とふれあいの心を大切にして、所沢を明るく住みよいまちにしよう、所沢市民憲章が制定されました。物質的な豊かさから精神的な豊かさへの人々の意識の変化を背景に、市民の皆さんの手で草案が作られた市民憲章。大切に守り伝えたいですね。



### 所沢市民憲章 (昭和62年3月制定)

所沢市は武蔵野台地の自然に恵まれ鎌倉街道の拠点として発達し日本人が初めて大空にはばたいた記念すべき街である この歴史と環境の上に立ち未来に向かってうろおいの文化都市をめざす  
**人は市の誇りである**  
こころのふれあいを求め友情の輪をひろげよう  
**恵まれた自然はいのちの泉である**  
みどりを守りやすらぎの街を創ろう  
**子どもは市の宝である**  
胸深く刻まれるふるさとを伝えよう  
所沢市は市民のためにある 一人ひとりが自らまちづくりを進めよう

### 10月28日(土)・29日(日)開催の市民フェスティバル実行委員を募集

市内在住・在勤・在学中で、会議(月々金曜日の夜間/月1～2回程度)の半数以上とフェスティバルの2日間に出席できる方  
市民フェスティバルの運営、企画の選考・調整、PR活動など  
4月5日(木)までに申込用紙を同実行委員会事務局(市役所5階地域づくり推進課内) ☎29998・90833に直接

### クイズ③

つながる心が世界を結び  
国際交流フォorum  
ヒント・7面  
全問解いてプレゼントに応募してね！  
応募方法は15面

