教えて！～お薬のこと～

薬の種類や服薬方法、保管の仕方、かかりつけ薬局など、高齢期の薬に関する基礎知識を学ぶ講座を開催します。

日時 3月13日㈬14:00～15:30（13:30受付開始）
※個別相談会（希望者のみ）は15:30～16:00。
場所 市民健康センター1階多目的ホール
講師 あい薬局　薬剤師　横山美奈子さん
対象 40歳以上の市内在住者で、介護を必要としている人が近くにいる方、介護に関心のある方
定員 30人程度（申込順）
持物 筆記用具、飲み物
※個別相談を希望する場合は、お薬手帳など内容が分かるものをお持ちください。
申込 3月12日㈫までに電話、ファクスまたは直接担当へ
担当 **長寿支援課　☎046(252)7084　FAX046(252)8238**

第18回神奈川県障害者スポーツ大会

県内（横浜・川崎市を除く）に在住・在学・通所・入所する13歳以上（令和6年4月1日時点）で障がいのある方を対象にスポーツ大会を開催します。同大会では、「全国障害者スポーツ大会」に県代表として派遣する選手を選考します。
※会場までの交通手段は各自でご用意ください。
申込 （公財）神奈川県身体障害者連合会ホームページからダウンロードした申込書を印刷後、必要事項を記入し、各申込期限までに〒221-0825横浜市神奈川区反町3-17-2神奈川県社会福祉センター内（公財）神奈川県身体障害者連合会宛てに郵送（必着）

大会名	開催日	場所	申込期限
フライングディスク競技会（身体・知的障害者）	4月14日㈰	県立スポーツセンター	2月9日㈮
陸上競技会（身体障害者）	4月21日㈰		2月16日㈮
ボウリング競技会（知的障害者）	4月28日㈰	湘南とうきゅうボウル	2月19日㈪
アーチェリー競技会（身体障害者）		県総合リハビリテーションセンター	
陸上競技会（知的障害者）	5月12日㈰	県立スポーツセンター	3月4日㈪
水泳競技会（身体・知的障害者）	7月7日㈰	さがみはらグリーンプール	5月13日㈪
卓球競技会（精神障害者）	令和7年1月17日㈮	県立スポーツセンター	11月18日㈪
卓球・サウンドテーブルテニス競技会（身体・知的障害者）	令和7年1月19日㈰		
ボッチャ競技会（身体障害者）	令和7年2月16日㈰		12月16日㈪

※陸上競技大会（身体障害者）で総合開会式を行います。
担当 **障がい福祉課　☎046(252)7978　FAX046(252)7043**

心の悩みや心配を1人で抱えないで

SNSや電話などで相談できます。詳しくは右記2次元コードからご確認ください。

NPO法人自殺対策支援センターライフリンク「生きづらびっと」
ストレスチェック「こころの体温計」

電話相談 神奈川県「こころの電話相談」
0120(821)606（年中無休24時間）
担当 **地域福祉課　☎046(252)8247　FAX046(255)3550**

座間市健康水中ウオーキング教室

日時 3月5日㈫・7日㈭・12日㈫・14日㈭・19日㈫・21日㈭13:30～14:30（初回は13:00開始）（全6回）
場所 Swimming＆Wellness IROHA（座間2-239）
内容 膝、腰などの関節に負担の少ない水中で、ビート板などを使用してさまざまな水中運動を行う
対象 市内在住・在勤者
定員 25人（申込順）
費用 500円（初回受付時に現金払い）
持物 水着、水泳帽子、バスタオル、ロッカー代100円（使用後返金）
申込 2月22日㈭までに電話、ファクスまたは直接担当へ
担当 **スポーツ課　☎046(252)8162　FAX046(255)3550**

くらし・地域　ざまホットライン　ZAMA HOT LINE

停電による水道料金お客様センターの営業中止

上下水道局庁舎の電気設備法定点検に伴い、水道料金お客様センターは、次の通り営業を中止します。
日時 2月17日㈯8:30～11:00
※点検中は電話およびファクスは通じません。当日の営業時間は11:00～20:00を予定。
担当 **経営総務課　☎046(252)8541　FAX046(257)4155**

子育て・教育　ざまホットライン　ZAMA HOT LINE

こんにちは赤ちゃん

宮本（みやもと）　星茉希（ほまれ）ちゃん
R5.4.13生まれ
入谷西

田部井（たべい）　夕陽（ゆうひ）ちゃん
R5.6.17生まれ
入谷東

庄司（しょうじ）　楓真（ふうま）ちゃん
R5.6.17生まれ
緑ケ丘

こんにちは赤ちゃん 写真募集

本紙に掲載する赤ちゃんの写真を募集します（申込順）。
対象 市内在住で申込時に1歳未満の赤ちゃん
申込 写真の裏面へ保護者の住所・氏名・電話番号、赤ちゃんの氏名（ふりがな）・生年月日を明記し、〒252-8566座間市役所秘書広報課宛てに郵送または直接担当へ
※応募写真は返却しません。
担当 **秘書広報課　☎046(252)8321　FAX046(255)5090**