

健幸度チェック測定会、健幸講座(6月コース)

日時①6月7日(金)②12日(水)③24日(月)13:45~15:30 (受け付けは13:30から)
場所市民健康センター 1階多目的ホール
内容①健幸度チェック測定会②健幸講座(しっかり食べて元気に動こう)③健幸講座(体もお口も元気に動かそう)
 ※「健幸」には「一人一人が心豊かに生き生きと健康で過ごせる健康長寿社会を目指す」という意味が込められています。
 ※動きやすい服装・靴でおこしください(①はスカート、タイツ不可)。
対象65歳以上の介助が不要な市内在住者で、自力で会場に来られる方
定員30人(申込順)
持物筆記用具、汗拭きタオル、飲み物
申込①6月6日(木)②11日(火)③21日(金)までに電話、ファクスまたは直接担当へ
 ※3回コース制。単発の申し込み可。
担当長寿支援課 ☎046(252)7084 FAX046(252)8238

骨盤エクササイズ

日時6月1日(出)10:00~11:30 (9:30開場)
場所スカイアリーナ座間 2階武道室
内容骨盤エクササイズ実施法
講師日本スポーツ協会公認スポーツ指導員 阿部貴子さん
対象18歳以上の方
定員50人(申込順)
費用500円
持物動きやすい服装、浴用タオル(丸めた時に厚みのでるもの)、バスタオル
申込受講料を添えて直接担当へ(現金の取り扱いは17:00まで)
 ※電話予約可。ただし、1週間以内に手続きをしてください。
担当スカイアリーナ座間 ☎046(255)0077 FAX046(255)1188

市役所ふれあい広場で献血を実施

日時5月10日(金)9:30~11:30、13:00~16:00
場所市役所ふれあい広場(市役所1階アトリウム受け付け)
担当地域福祉課 ☎046(252)7127 FAX046(255)3550

障がい者スポーツ教室

市内在住の障がい者を対象に、卓球、バドミントン、バスケットボールなどを行います。動きやすい服装でお越しください。
日時5月29日(水)、6月26日(水)、7月31日(水)、8月28日(水)、9月25日(水)、10月30日(水)、11月27日(水)、令和7年1月29日(水)、2月26日(水)13:00~15:00
場所スカイアリーナ座間 3階大体育室A面
持物室内用運動靴、飲み物、タオルなど
参加当日直接会場へ
 ※傷害保険に加入していますが、免責事項や保険の支払額を超える場合は、自己負担となります。また、送迎や身体介護は行いません。
担当障がい福祉課 ☎046(252)7978 FAX046(252)7043



認知症サポーター養成講座(基礎編)

日時5月31日(金)①14:00~15:30(講座)②15:30~16:30(座談会)
場所市民健康センター 1階多目的ホール
内容①認知症の知識・対応の基礎講座②参加者同士で交流を行う座談会
講師座間市キャラバン・メイト
対象市内在住・在勤・在学者
定員30人(申込順)
持物筆記用具
申込電話、ファクスまたは直接担当へ
 ※①②いずれかの申し込み可。
担当長寿支援課 ☎046(252)7084 FAX046(252)8238



くらし・地域

ざまホットライン ZAMA HOT LINE

支えあう 住みよい社会 地域から

5月12日は民生委員・児童委員の日

民生委員は地域の相談役です。民生委員は、地域福祉向上のため、高齢者や子どもの見守りの他、介護など福祉に関する相談を受け、市や関係機関につなぐパイプ役として市内で約140人が活動しています。

ひとり暮らし高齢者の見守り

登録された1人暮らしの高齢者宅へ定期的な訪問を行っています。訪問時には、高齢者の安否確認だけでなく、福祉・介護サービスなどの相談に応じて、関係機関の紹介なども行います。

「ひとり暮らし高齢者訪問」を受けるには

訪問を受けるには登録が必要です。詳しくは、長寿支援課(☎046(252)7084)へお問い合わせください。在住する地域を担当する民生委員が訪問し、登録します。

対象65歳以上の1人暮らしの方で、親族やケアマネジャー、ヘルパーなどによる2カ月に1回以上の訪問や、外出の機会がなく、真に見守りを必要とする方

子どもの見守り

民生委員は児童委員も兼ねています。子どもと地域のつながり強化のため、登校時のあいさつ運動や地域の行事への参加、パトロールなどを行っています。

座間市民生委員児童委員協議会 パネル展

民生委員・児童委員の日に合わせて市民生委員児童委員協議会ではパネル展を実施します。

日時5月13日(月)~15日(水)9:30~15:30

場所市役所1階アトリウム

内容民生委員の活動を紹介するパネルの展示、チラシの配布

入場自由

担当市民生委員児童委員協議会事務局(地域福祉課内)
 ☎046(252)7127 FAX046(255)3550



マンション耐震診断事業補助制度

地震に強いまちづくりを推進するため、マンションの耐震診断を行う管理組合に対し、耐震診断に要する費用の一部を補助します。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

対象建築物 次の全てに該当するもの

- 市内に所在するマンション
- 管理組合の集会で耐震診断の実施に関する決議を得ている
- 耐震診断に関し、本補助金以外の交付決定を受けていない

対象耐震診断を受けるマンションの管理組合

補助金額 棟ごとに耐震診断に要する費用(消費税および地方消費税相当額を除く)の2分の1以内の額で、1件につき上限150万円(延べ床面積1,000平方メートル未満の場合は、1平方メートル当たり1,500円)

※1,000円未満切り捨て。

注意事項 補助金の事前相談を行う前に耐震診断に着手した場合は、補助金の交付を受けられませんので必ず事前にご相談ください。

耐震診断の結果は、耐震判定委員会から適正であると評価を受けなければなりません。

※マンションは、区分所有者が存する建築物で、次の全てに該当するもの。

- 延べ面積の2分の1を超える部分が共同住宅である
- 住戸総数の過半数を、現に区分所有者の居住の用に供している
- 昭和56年5月31日以前に建築基準法の規定による建築確認を得て建築工事に着手し、かつ、それに係る検査済証の交付を受けたもの

担当都市整備課 ☎046(252)7396 FAX046(255)3550

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。詳しくは下記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

座間市役所 〒252-8566 神奈川県座間市緑ヶ丘一丁目1番1号(郵便物は、郵便番号と「座間市役所+課名」を記入することで届きます)

●開庁時間 月曜~金曜日(祝・休日と年末年始を除く)8:30~17:15(第2・第4土曜日の午前中は一部業務を実施)