

福祉・介護

ふくし実践1Dayカレッジ

時 9月23日(金・祝) 13時30分～16時30分

場 市民ボランティア活動センター

内 障害のある人の生活や思いを知り、障害の特性や福祉について学びます。そうして福祉への理解を深め、ボランティアを始めの一歩となることを目的とした講座です。受講者には修了証を授与します。

講 あゆみの会(車椅子)、刈谷手話サークル(手話)、アイ・フレンドサークル・視覚障害者ガイドボランティアひまわりの会(点字)

対 市内在住、在勤または在学の15歳以上の人(中学生を除く)

定 25人(先着順)

申問 9月9日(金)までに、電話(62・6676)、FAX(25・2566)、かりや衣浦つながるネットまたはEメール(kc.kyogokai@kariyashi.jp)で社会福祉協議会事業推進課へ。



ぬくもりプラザ講座

健康体操

時 10月4日(令和5年3月7日の第1・3火曜日) 13時30分～15時30分(全11回)

内 運動が苦手な人も気軽にできる体操を行います。

講 中嶋かおり氏(日本3B体操協会公認指導士)

元氣アップ運動

時 10月11日(令和5年3月14日の第2・4火曜日) 13時30分～15時30分(全10回)

内 簡単な運動で体を動かし、健康づくりをします。

講 酒井美帆氏(健康運動指導士)

共通

場 南部福祉センター(たんぼ)

対 市内在住の60歳以上の人

定 15人

※申込多数の場合は、未受講者を優先に抽選し、結果は全員に連絡します。

※両講座への同時申込は不可

申 9月2日(金)(必着)までに、①希望講座名、②郵便番号・住所、③氏名(フリガナ)、④年齢、⑤電話番号をハガキまたはFAX(24・2466)で長寿課(〒448・8501刈谷市役所)へ。
問 長寿課(☎62・1063)

健康・医療

9月は健康増進普及月間

介護を受けたり寝たきりになったりせず、自立した日常生活が送れる期間を健康寿命と言います。厚生労働省では「1に運動 2に食事 3に禁煙 最後にクスリ」を健康寿命の延伸を標語に、9月を健康増進普及月間と定めています。

介護や支援が必要となる原因は、運動器の障害(骨折・転倒・関節疾患)、認知症、脳血管疾患があります。人生の最期まで自分の足で歩く、自分の口でおいしく食べるなど、生き生きとした生活を送るために、この機会に運動、食事、喫煙習慣などを見直してみましよう。

問 保健センター(☎23・8877)

市民健康講座

時 9月22日(休) 13時30分～15時

場 総合健康センター

内 ①こころが疲れたらどこに受診すればいいの?、②ゲートキーパーについて

講 ①羽根晃氏(医師)、②保健センター保健師

対 市内在住の人
定 40人(先着順)

持 筆記具
他 カンガルールームで1歳以上の未就学児をお預かりします(定員あり)。希望する人は9月6日(火)までに保健センターへ。

申問 8月19日(金)から、電話(23・8877)で保健センターへ。

1003387



催し

令和4年度総合防災訓練

時 9月11日(日) 8時30分～12時

場 総合運動公園

内 防災関係機関などの協力で、南海トラフ地震による大きな被害を想定した実践的な訓練を実施します。展示コーナーもあります。

問 危機管理課(☎62・1190)



野田雨乞笠おどり

時 8月28日(日) 16時

場 野田八幡宮境内

内 1712年(正徳2年)から300年の歴史を誇る市無形民俗文化財指定の伝統行事です。2人1組の踊り手が太鼓を中に向かい合い、両手にキリの木で作った「つつろ」と呼ばれる短いバチを持って踊ります。

農民の切実な雨への願いと感謝を表す奉納神事を3年ぶりに開催します。

問 野田雨乞笠おどり保存会(☎070・89603・3868)



暮らし

今月の市税の納期

税目 市県民税(2期)、国民健康保険税(2期)

納期限 8月31日(火)

納税には便利で安心な口座振替制度をご利用ください。

問 納税課(☎62・1007)