## 福祉・介護

#### 災害時障害者支援用 バンダナを配布します

※無くなり次第終了 どに着用することで周囲の人 5年1月13日) えるためのバンダナです。 に支援が必要であることを伝 い障害のある人が、災害時な 必要であることが分かりにく 部障害など外見からは支援が 配布期間 12月1日休~令和 視覚障害、聴覚障害、内



▲災害時障害者 支援用バンダナ

障害のある人 視覚障害、 聴覚障害、音

刈谷市役所)へ。 福祉総務課(〒48 - 8501 y.kariya.lg.jp) または直接 3481), 🗐 (fukusou@cit

した人には郵送します。 郵送、M、メールで申請 福祉総務課 (☎62 - 12

高次脳機能障害のいずれかの 声・言語機能障害、内部障害:

□―ド可)を郵送、圏(24-申請書(市肥からダウン

※代理人による申請可

健康·医療

私と家族の病気と体質は)遺伝カウンセリング ちょっと気になる!

### 市民健康講座

14時30分 12月21日(水 13時30分~

総合健康センター

大江瑞恵氏(藤田医科大

市内在住の人 40人(先着順)

筆記具

(23-8877) で保健セン 11月21日 月から、電話

以上の未就学児をお預かりし までに保健センターへ。 ます (定員あり)。12月5日月 カンガルールームで1歳

1003387

## 集団運動教室冬コース

●かんたんエアロ

を動かし、エアロビクスの基 運動強度 本ステップを体験します。 1日の水曜日 (全8回) 音楽に合わせて楽しく体 令和5年1月11日~3月 やや強い

の筋トレ~ ●たのしく筋トレ~転ばぬ先

3日の金曜日 (全8回) 令和5年1月13日~3月

ID

1011526

08, [4] - 3481)

・寝たきりを予防しましょう。 運動強度 運動などを体験します。転倒 普通

**庭** 20 人

#### 【共通】

時間 10時~11時15分 市内在住の人 総合健康センター

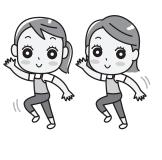
※妊婦、心臓・脳血管疾患を **持** 上靴、タオル、飲み物、 内の人は参加不可 発症または手術後6カ月以

保健センターへ。 市肥の申込フォーム、電話 ら12月2日 銀7時15分までに、 筆記具、動きやすい服装 (23‐8877) または直接、 11月18日 金8時30分か

※申込多数の場合は初参加者 員に連絡します。 を優先に抽選し、結果は全

冬コースのいずれの教室も申 ※申込みは1教室のみ 春・秋コース当選者は、

1003388



### 姿勢改善につながる骨盤底筋 腰痛や膝痛予防の運動、

内

# わがまちのつむぎ場14

場 市民ボランティア活動セ ンター 13時30分(各回90分) 12月4日(日) 10時30分

場の人の活動を見て、知って、 の皆さんが出会い交流し、つ 団体、企業、福祉施設、市民 内 刈谷で活躍中の市民活動 間 市民ボランティア活動セ 多くの人と交流しませんか。 ンター (☎62 - 8231) ながる場です。さまざまな立

※抽選結果は、1月上旬まで

に当選者のみに通知します。 当選結果通知書または身





止・返品受付不可

道路建設課(☎62 - 10

各自でお願いします▼転売禁

## 今月の市税の納期

税目 振替制度をご利用ください。 納税には便利で安心な口座 国民健康保険税(5期 11月30日伙

納税課(☎62-1007)

# 催

### インターロッキング ブロックの無料配布

時

令和5年1月14日出·15

市役所駐車場 13時~16時

申込 を抽選で無料配布します。 配布個数 対 市内在住の人(1世帯1 インターロッキングブロック 歩道の工事で取り外した 1世帯20個まで

 $10m \times 20m \times 6m$   $\pm U$ 入)、電話番号、希望個数を、 CM、約3㎏▼積込み・運搬は 他 ▼ブロックは1個あたり 市役所)へ。 設課(〒44-8501 記入またはハガキで、道路建 に、住所、氏名 分証明書 道路建設課窓口の申込用紙に 11月25日 (必着) まで (フリガナ記

