高齢者とご家族のためのほっとあんしん相談所　地域包括支援センター

ID 1005601　問 高齢福祉課（☎514-8496）

このようなことでお困りではないですか

- 介護保険サービス利用や認知症の母のこと、親の介護のことについて相談したい。
- 高齢の親が一人暮らしをしている。親の見守りや食事について相談したい。
- まだまだ元気だけど、サークル活動や、体操教室、サロンのことなど教えてほしい。

ご自身やご家族、周りの気になる高齢者、認知症に関する心配なことがある方、介護が必要な方も、お元気な方も、お気軽に地域包括支援センターにご相談ください。相談は無料です。

地域包括支援センターでは、3職種の専門のスタッフ（主任介護支援専門員、保健師（看護師）、社会福祉士）などが高齢者の方の困りごとのご相談をお待ちしています。

お住まいの地域で担当の地域包括支援センターが決まっています

センター名	電話番号	担当地域
もぐさ	599-0536	百草、落川、程久保（1～8丁目を除く）、三沢2丁目、三沢1289～1294番地
あさかわ	593-1919	高幡、三沢（1289～1294番地を除く）、三沢1・3～5丁目、新井、石田（浅川南）、程久保1～8丁目
すてっぷ	582-7367	豊田、大字豊田、東豊田、旭が丘2・5・6丁目、多摩平1・2丁目、富士町
あいりん	586-9141	多摩平3～7丁目、日野台4・5丁目、大坂上
せせらぎ	589-3560	日野本町、神明、日野台1～3丁目、栄町、新町
多摩川苑	582-1707	万願寺、上田、川辺堀之内、日野、宮、石田（浅川北）、石田1・2丁目
いきいきタウン	585-7071	東平山2・3丁目、平山1～6丁目
すずらん	599-5531	南平1～9丁目
かわきた	589-1710	東平山1丁目、西平山、旭が丘1・3・4丁目

コロナ禍での熱中症に気をつけましょう

昨年に引き続き、新型コロナウイルスの感染拡大による「外出自粛」により暑さに慣れにくくなっており、例年以上に熱中症のリスクが高まっています。

- **適度な運動、風呂を活用**
  適度に運動したり、入浴したりするなどして汗をかき、暑さに慣れましょう。
- **エアコン使用、水分補給**
  暑くなってくると自宅にいる場合も熱中症になりやすくなります。体調は大丈夫か、適度にエアコンを使っているかなど家族の方や近所の方など声を掛け合いましょう。
- **マスクによる暑さに注意**
  吸い込む空気が熱くなることで体から熱が逃げにくくなり、マスクをして呼吸することで体温が高まりやすくなります。水分をとるなど、体を冷やすよう心掛けましょう。

催し

生活・環境

パートタイム就職支援セミナー　ID 1003504

日時 6月15日㈫10:00～12:00 会場 福祉支援センター 内容 自分自身の再発見、再就職へのプラン作り、求人票のチェックポイントなど 対象 パートタイムでの就職希望者 定員 申込制で先着15人 申込 6月3日㈭から電話 問 ナイスワーク高幡（☎593-5991）

東京しごとセンター多摩の就業支援（6月）　ID 1003501

面接会事前対策セミナー

日時 6月16日㈬14:00～16:00 会場 新町交流センター 定員 申込制で先着30人 申込 電話

地域就職面接会 ↗

日時 6月18日㈮10:00～12:00…第1部、14:00～16:00…第2部 会場 新町交流センター 定員 申込制で各回先着30人程度 申込 6月4日㈮9:00から電話 その他 全年齢対象・面接直前対策セミナー（国立市会場）、おおむね55歳以上の方対象・合同就職面接会（国分寺市会場）ほか多数。詳細は東京しごとセンター多摩 HP 参照

いずれも 問 同施設（☎042-329-4524）

日野市・多摩市わかち合いの会～自死遺族支援事業　ID 1003313

日時 ①6月27日㈰②7月25日㈰いずれも14:00～16:00 会場 ①平山季重（すえしげ）ふれあい館②関戸・一ノ宮コミュニティセンター（多摩市）※直接会場へ 内容 身近な人を自死で亡くされた方が集い、お互いを尊重しながら、ありのままの気持ちを分かち合う その他 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、当日受付で連絡先を伺います 問 セーフティネットコールセンター（☎514-8542）

普通救命講習　ID 1002423

日時 6月27日㈰9:00～12:00（毎月第4日曜日に実施） 会場 日野消防署 内容 心肺蘇生、AEDの使用方法、窒息の手当、止血の方法など 定員 申込制で先着10人 費用 1,500円（テキスト代） 申込 6月1日㈫から電話 問 日野消防署（☎581-0119）

日野産農産物を使った手作り巻きすし教室　ID 1011759

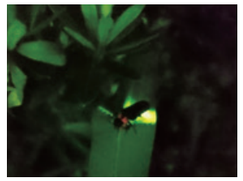
日時 6月15日㈫・16日㈬10:30～13:30 会場 七ツ塚ファーマーズセンター メニュー 鬼滅の刃柄パート1など 定員 申込制で各日先着10人程度 費用 各日3,000円 申込 竹内（☎090-7284-1947）へ電話 問 都市農業振興課（☎514-8447）

ホタルの観察会

ID 1008547　問 緑と清流課（☎514-8309）

市内に生息するホタルの観察会を行います。ボランティアなどの努力により、その生息環境が守られています。ホタルが毎年観察できるように、ルールを守って初夏の夜の美しい光をめでてみませんか。観察会の前にはホタルに関する説明も行います。

日程 6月24日㈭※雨天の場合は6月25日㈮
集合 19:00百草園駅南口付近、21:30頃同所解散
対象 小学生以上の市内在住者
※小学生は保護者同伴、往復で4キロ以上歩ける方（山道・階段あり）
定員 申込制で先着15人※一度に3人まで
その他 真堂が谷戸蛍の会共催
申込 6月3日㈭9:00から電話



しぜん・ひと・まち あさかわ写真展 ～10年の歩み

ID 1017091　問 緑と清流課（☎514-8309）

八王子市と日野市では、「あさかわ写真コンクール」を過去10回にわたり行ってきました。今年は「10年の歩み」として、一般の部および中学生以下の部で最優秀に選ばれた計20作品を、令和3年6月から令和4年1月にかけて、八王子市と日野市で交互に展示します。展示時期・場所については、市 HP を参照の上、ご覧ください。

合わせて、展示スペースにてアンケート調査を実施していますのでご協力をお願いします。

多摩・三浦丘陵の市民と緑をつなぐシンポジウム 新たな時代の広域連携による市民と緑の関わり

グリーンコミュニティ・SDGs（エス・ディー・ジーズ）を見据えた公民連携プラットフォームに向けて

ID 1016244

広域連携型グリーンインフラ形成やSDGsを見据えた新たな公民連携プラットフォームに向けてシンポジウムを開催します。

日時 7月3日㈯13:00～16:30 会場 ①ライブ配信②川崎市総合自治会館（川崎市） 定員 ②申込制で100人※申込多数の場合は抽選 申込 ②6月14日㈪～25日㈮に多摩・三浦丘陵広域連携会議 HP またはファクス（㈱URリンケージ FAX 03-6803-6239）で。申込書（市役所3階緑と清流課にあり）を送付 問 同会議事務局川崎市建設緑政局緑政部みどりの協働推進課（☎044-200-2365）

▲多摩・三浦丘陵広域連携会議 HP