



手話通訳者登録試験

手話通訳者として登録するための試験です。市では、聴覚障がい者と聴者とのコミュニケーション支援のため手話通訳者を派遣しています。

とき 2月18日(日) 午後1時～3時ごろ

ところ 中央公民館

対象 次のすべてに該当する方

▽市内在住の20歳以上(令和6年4月1日現在)

▽小平市手話通訳者養成講習会受講クラス修了予定または同程度の手話学習経験がある

▽登録認定後は手話通訳者としての依頼に応え、通訳活動ができる

申込み 2月5日(月)までに、問合せ先へ(電話・ファクシミリ・電子メール可)

◆手話通訳者登録試験対策講座

手話通訳者として登録するための試験の対策講座です。

日程 1月29日(月) 健康福祉事務センター

1月31日(水)、2月2日(金) 中央公民館

▽2月5日(月)・7日(水)・15日(木) 福祉会館 全6回

※いずれも午後7時から9時ごろまで。

対象 2月18日(日)の手話通訳者登録試験を申し込んだ方

定員 8人

※手話通訳者養成講習会受講中の方を優先。

申込み 1月10日(水)までに、問合せ先へ(電話・ファクシミリ・電子メール可)

共通

内容 手話表現・手話読み取りほか

持ち物 筆記用具、フェイスシールド

問合せ 障がい者支援課 ☎042(346)9540、FAX042(346)9541、syogaisashien@city.kodaital.jp

生活サポーター養成講座

受講すると、高齢者対象の介護予防・生活援助サービスを提供する市内の事業所で働くことができます。

避難行動要支援者登録名簿 対象者は登録の検討を

市では、地震・台風・火災などの災害時や救急時に支援が必要な方の情報を、市民の防災・安全を担う関係機関などで共有し、平時や災害時の防災活動に活用するため、避難行動要支援者登録名簿を作成しています。

名簿に登録した方には、救急医療情報キットを配付しています。救急医療情報キットは、かかりつけ医、持病、服薬内容、避難支援者、緊急連絡先などを記入した用紙(避難行動要支援者情報カード)を容器に入れて、冷蔵庫の中に保管しておくものです。情報は、災害時や緊急時に活用します。名簿の対象者に該当し、登録を希望する方は、お問い合わせください。

※名簿の提供先は、小平消防署、小

平警察署、民生委員・児童委員、小平市社会福祉協議会、小平市地域包括支援センター、協定を締結した自治会・自主防災組織・マンション管理組合、市の関係部署です。

対象 自宅で生活して、次のいずれかに該当する方

▽介護保険制度の要介護3～5の認定を受けている

▽身体障害者手帳1級・2級の交付を受けている

▽愛の手帳1度・2度の交付を受けている

▽精神障害者保健福祉手帳1級の交付を受けている

▽75歳以上の高齢者(一人暮らし、世帯員全員が75歳以上、日中・夜間同居になる)

▽支援が必要な、一人暮らし高齢者、高齢者のみの世帯、軽度の障がい者

問合せ 生活支援課 ☎042(346)9537

高齢者スマートフォン教室

スマートフォンをお使いでない方や、操作に不慣れな方が、楽しみながらスマートフォンや各種アプリの活用を体験できる、教室形式の体験会です。

※Androidの操作方法で説明します。

- 日程** ①1月16日(火)～19日(金) 午前9時～正午 中央公民館学習室4 全4回
- ②1月26日(金) 午前9時～正午 上水南公民館ホール
- ③1月26日(金) 午後1時～4時 上水南公民館ホール

対象 都内在住の60歳以上で、スマートフォンをお持ちでない、または使い慣れていない方

持ち物 スマートフォン(お持ちの方)

定員 各30人

主催 東京都デジタルサービス局デジタルサービス推進部

協力 小平市立公民館

申込み 各開催日の1週間前までに、電話またはファクシミリで希望日時(①～③)、お住まいの市区町村、氏名(ふりがな)、年代、性別、電話番号、ファクシミリ番号(お持ちの方)、スマートフォン所持の有無を問合せ先へ(申込み多数の場合は抽選)

※ファクシミリで申込みの方で、受講に当たって合理的配慮が必要な場合は、その旨を記入してください。

問合せ スマートフォン普及啓発事業事務局 ☎050(5536)6049 (年末年始を除く平日の午前9時～午後5時)、FAX050(3588)6337



お口の機能アップ教室

噛む力、飲み込む力などお口の機能の向上は、肺炎の予防や健康長寿に繋がります。

対象 市内在住の方

こた健体操教室

全身のバランス力向上や、足腰の筋力アップに効果的な、小平市オリジナル体操のこた健体操を体験してみませんか。足指力測定もします。

日程 1月17日(水) 午後2時～3時30分 東部市民センター

2月20日(火) 午前10時～11時30分 健康センター

※各回30分前から受け付けます。

※両日希望する場合は、申込み時にお申し出ください。

介護予防見守り ボランティア登録研修

地域で元気に暮らすために大切なこと。互いに見守り、見守られる地域づくり

介護予防見守りボランティアは、ふだんの散歩や買い物の中で気になる高齢者を見かけたときに声をかけたり、最寄りの地域包括支援センターへ

申込み 1月23日(火)までに、地域包括支援センター中央センターへ(先着順) ☎042(345)0691

介護予防見守り ボランティア登録研修

申込み 40人

地域包括支援センター中央センターへ ☎042(345)0691

減塩チャレンジ

塩分計を使って自分の味覚を知り、減塩にチャレンジしてみませんか。減塩のこつが分かるミニ講話終了後、塩分計を貸し出します。貸し出し期間は、最大2週間です。

とき 1月16日(火) 午前9時30分～10時30分、午前11時～正午

※各回30分前から受付。

ところ 健康センター

対象 市内在住の方

※初めての方を優先。

定員 各20人

内容 栄養ミニ講話、塩分計の貸し出し

シルバー人材センター

し出し、血管年齢測定

持ち物 筆記用具、参加カード(お持ちの方)

申込み 12月5日(火)から、健康センターへ(電話可、先着順) ☎042(346)3701

シルバークラウド

▽江戸の歴史と文化に触れながら岩本町から日本橋を歩く

繁栄お玉稲荷神社、八丁堀跡、十思公園、大安楽寺、寶田恵比寿神社、於竹大日如来井戸跡、薬祖神社、日本橋など、約3キロを歩きます。

とき 12月22日(金) 雨天決行

集合 午前9時30分 都営地下鉄岩本町駅改札口前

※解散は午後1時ごろ、日本橋。

費用 600円

申込み 電話で小平市シルバー人材センターへ ☎042(344)2120

休日応急診療・準夜応急診療 (内科・小児科)

問合せ(予約) ☎042(346)3706 ※事前予約制。

	とき	診療時間	予約受付時間	名称・所在地
休日応急診療	日曜日、祝日、年末年始	午前9時～午後5時	午前8時45分～午後4時30分 ※電話予約のみ。	小平市医師会応急診療所 学園東町1-19-12 (健康センター内)
準夜応急診療	月曜～日曜日 (年中無休)	午後7時30分～10時30分	午後7時～10時 ※電話予約のみ。	

※必ず事前に電話で予約してください(問い合わせの状況により、電話が繋がりにくい場合があります)。予約がない場合、直接来院されても受付はできません。

※応急診療所の診療科目は内科と小児科です。高校生以下の受診は、保護者の同伴が必要です。

休日歯科応急診療医 (診療時間:午前9時～午後5時)

日程	医療機関名	所在地	電話番号
12月10日(日)	かしわぎ 歯科 医院	小川町1-101-39	042(341)1184
12月17日(日)	サニーコート小平ビル歯科 医院	美園町1-16-2	042(346)6990

※受診の際は、事前にお問い合わせください。また、医療機関は変更になる場合があります。

東京都による救急診療などの相談・案内

東京消防庁救急相談センター	#7119 (携帯電話、PHS、プッシュ回線から) 042(521)2323 (ダイヤル回線から)	救急車を呼ぶべきか迷った場合の相談・24時間
小平消防署 病院・診療所案内	042(341)0119	救急医療機関の案内・24時間
東京都医療機関案内 サービス(ひまわり)	03(5272)0303	診療中の医療機関の案内・24時間