

# 2月のお知らせ

詳しい内容は市HPをご覧ください。各連絡先に問い合わせてください。電話番号はお間違いのないよう、ご注意ください。



## 健康・福祉

### 健康に関する総合相談窓口

月曜～金曜日(祝・休日除く)9時～17時  
保健師、助産師、歯科衛生士、栄養士などが相談を受けます

〈成人〉健康政策課(保健所内・中桜塚)☎6858-2292  
(妊娠・出産・子育て)中部母子保健係(岡上の町)☎6858-2293

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、変更になる場合があります。

市の公共施設の運営状況やイベント・募集などに関する最新情報は、市HPをご覧ください。



イベントなどに参加するときは、検温やマスク着用などの感染防止対策にご協力ください。



未就学児に関わる制度や催し

### 妊婦・産婦

|                              |  |
|------------------------------|--|
| 母子健康手帳・<br>妊産婦健康診査受診券<br>の交付 | ☎中部(岡上の町)・庄内(島江町)・千里(新千里東町)の各保健センター ☎手帳・受診券の交付、母子保健サービスの説明、妊婦相談ほか ☎市外から転入し、豊中市の受診券と交換していない場合は中部母子保健係にお問い合わせ ☎同係☎6858-2293<br>※交付時に個人番号(マイナンバー)の記入と本人確認書類の提示が必要です               |
| ぶれまま&育児ママ<br>相談室             | ☎☎3月1日(火)中部保健センター(岡上の町)、3月17日(木)庄内保健センター(島江町)、3月22日(火)千里保健センター(新千里東町)。いずれも9時30分～15時 ☎助産師による妊婦や授乳中の母と子の個別相談(乳腺炎は除く) ☎各10人 ☎電話で中部☎6858-2804・庄内☎6332-8555・千里☎6873-2721の各母子保健係。先着順 |
| マタニティークラス                    | ☎3月8日(火)13時30分～15時30分 ☎千里保健センター(新千里東町) ☎妊娠中の食事や歯、妊娠中に知っておきたい産後の話 ☎20人 ☎電話で中部母子保健係☎6858-2804。先着順  |
| オンライン参加型<br>両親教室             | ☎3月13日(日)10時～11時30分、13時30分～15時 ☎妊娠・出産による心と体の変化やパートナーにできることを学ぶ ☎府助産師会助産師 ☎初めての出産を迎える妊娠24週以降の妊婦とパートナー、各12組 ☎2月25日(金)までに市HP。抽選あり ☎中部母子保健係☎6858-2293                               |

### 乳幼児に関する教室・相談・健康診査

|        |                        |   |   |
|--------|------------------------|---|---|
| 離乳食講習会 | ごっくんクラス                | ☎☎①3月7日(月)13時30分～庄内保健センター(島江町)②3月14日(月)13時15分～中部保健センター(岡上の町) ☎生後4カ月・5カ月ごろの子どもの保護者、①10人②20人。子ども同伴可   | ☎2月14日(月)9時30分から電話で中部母子保健係☎6858-2804。市HP可。先着順 |
|        | かみかみクラス                | ☎☎①3月7日(月)14時45分～庄内保健センター(島江町)②3月15日(火)13時15分～中部保健センター(岡上の町) ☎生後8カ月・9カ月ごろの子どもの保護者、①10人②20人。子ども同伴可   |   |
|        | すくすく<br>よい歯の教室         | ☎3月10日(木)13時～ ☎中部保健センター(岡上の町) ☎歯科衛生士による個別相談と保護者の虫歯菌テスト ☎生後8カ月～1歳6カ月ごろの子どもの保護者、20人。子ども同伴可  |   |
|        | 子どもアレルギー<br>専門相談(初回優先) | ☎3月2日(水)13時～15時40分 ☎中部保健センター(岡上の町) ☎専門医による個別相談(10分程度)、看護師・栄養士によるスキンケアや食事の指導 ☎湿疹やアトピー性皮膚炎、食物アレルギー、長引く咳やぜんそくなどで困っている15歳未満の子どもの保護者、8組 ☎オンライン参加可 ☎2月10日(日)9時30分から電話で中部母子保健係☎6858-2804。先着順 |   |
|        | オンライン幼児食講座             | ☎3月15日(火)14時15分～ ☎1歳3カ月～2歳6カ月ごろの子どもの保護者、10人 ☎2月15日(火)9時30分から市HP。先着順 ☎中部母子保健係☎6858-2804  |   |
|        | 産婦・新生児・低体重児<br>訪問指導    | ☎乳房の手当てや母乳の与え方、赤ちゃんの発育などについて、保健師、助産師が家庭訪問し個別相談 ☎生後28日以内(過ぎてても可)の新生児と産婦 ☎母子健康手帳の「産婦・新生児訪問依頼票兼低体重児連絡票」を中部☎6858-2293・庄内☎6332-8555・千里☎6873-2721の各母子保健係へ郵送。電話可                             |   |
|        | 乳幼児健康診査                | ☎4カ月児健診、1歳6カ月児健診、3歳6カ月児健診 ☎対象者には日程などを個別に送付 ☎健診未受診の人には、保健師が家庭訪問を行う場合あり ☎中部母子保健係☎6858-2804  |   |

# 子どもの定期予防接種 (推奨スケジュール)

予防接種手帳(出生届受付の約1カ月後に郵送)などと併せて確認し、市HPに記載の医療機関で予約の上、接種。受け方(年齢・回数・間隔)が異なると、任意接種(有料)になるので注意してください。豊中市の予診票を持っていない人、市外で予防接種を希望する人(要事前申請)、予防接種の相談は、保健予防課(保健所内・中桜塚)☎6152-7329に連絡してください。

| ワクチン<br>(対象疾病)                |        | 年齢   |     |     |     |                     |     |     |     |   |      |    |    |    |    |    |    |                         |     |
|-------------------------------|--------|--|-----|-----|-----|---------------------|-----|-----|-----|---|------|----|----|----|----|----|----|-------------------------|-----|
|                               |        | 接種対象年齢   |     |     |     | 望ましい接種年齢            |     |     |     | ※①～④は接種回数と接種タイミング例<br>※→は複数回接種するワクチンの、次の接種までの間隔 |      |    |    |    |    |    |    |                         |     |
|                               |        | 2カ月  | 3カ月 | 4カ月 | 5カ月 | 6カ月                 | 7カ月 | 8カ月 | 9カ月 | 10カ月  | 11カ月 | 1歳 | 2歳 | 3歳 | 4歳 | 5歳 | 6歳 | 7歳                      | 7歳半 |
| ロタ【生】                         | ロタリックス | ①→②  |     |     |     | 1回目は14週6日までに接種      |     |     |     | 出生6週0日～24週0日まで                                  |      |    |    |    |    |    |    | いずれかを<br>選んで接種          |     |
|                               | ロタテック  | ①→②→③  |     |     |     | 1回目は14週6日までに接種      |     |     |     | 出生6週0日～32週0日まで                                  |      |    |    |    |    |    |    |                         |     |
| B型肝炎【不活化】                     |        | ①→②  |     |     |     | ①から139日(20週、約5カ月)以上 |     |     |     | ③   |      |    |    |    |    |    |    |                         |     |
| ヒブ(インフルエンザ菌b型)【不活化】           |        | ①→②→③  |     |     |     | 1回目～3回目は1歳までに接種     |     |     |     | ④   |      |    |    |    |    |    |    | 接種開始年齢により<br>接種回数が異なります |     |
| 小児用肺炎球菌【不活化】                  |        | ①→②→③  |     |     |     | 1回目～3回目は2歳までに接種     |     |     |     | ④   |      |    |    |    |    |    |    |                         |     |
| 四種混合(ジフテリア・破傷風・百日せき・ポリオ)【不活化】 |        | ①→②→③  |     |     |     | 20日以上(標準的には20日～56日) |     |     |     | ④   |      |    |    |    |    |    |    |                         |     |
| BCG(結核)【生】                    |        | ①  |     |     |     |                     |     |     |     |   |      |    |    |    |    |    |    |                         |     |
| 麻疹風しん(MR)【生】                  |        | 第1期：1歳になったらできるだけ早く ① 第2期：小学校入学前の1年間。令和3年度は平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれの子どもが対象 ②  |     |     |     |                     |     |     |     |   |      |    |    |    |    |    |    |                         |     |
| 水痘(水ぼうそう)【生】                  |        | ①→② 3カ月以上(標準的には6カ月～12カ月)   |     |     |     |                     |     |     |     |   |      |    |    |    |    |    |    |                         |     |
| 日本脳炎【不活化】                     |        | 標準的には①は3歳から、③は4歳<br>第1期 ①②③<br>【接種機会を逃した人の特例措置】<br>・平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれの人は、20歳になるまで定期接種可能<br>・平成19年4月2日～平成21年10月1日生まれの人は、第1期末接種分を第2期の対象年齢時(9歳～13歳未満)に接種可能<br>第2期 9歳～13歳未満に1回接種 |     |     |     |                     |     |     |     |   |      |    |    |    |    |    |    |                         |     |

▶【不活化】=不活化ワクチン、【生】=生ワクチン。連続して生ワクチン(ロタを除く)を接種する場合は、中27日以上の間隔を空ける。  
▶上記表は7歳半までの定期接種です。それ以降の年齢の定期接種については予防接種手帳、市HPなどで確認してください。


記号の説明 時=日時 所=場所 内=内容 出=出演・講師・指導 対=対象・定員 費=費用・参加費。明記しないものは無料  
持=持ち物 他=その他 申=申し込み 問=問い合わせ 保=保育あり(有料) 連=連続で参加が必要 HP=ホームページ



### >>>検査・相談


|                                  |  |
|----------------------------------|--|
| <p><b>HIV(エイズ)・梅毒即日セット検査</b></p> | <p>☎3月1日(火)・17日(木)13時～14時。結果は当日15時～16時に本人へ手渡し ☎保健所(中桜塚)<br/>         ☎各10人 ☎2月2日(火)9時30分から保健予防課 ☎6152-7316。先着順</p> |
|----------------------------------|--|

### >>>急病電話相談 (突然の病気やけがで困ったとき)

|  |  |
|--|--|
| <p><b>救急安心センター おおさか</b></p>  | <p>☎救急医療相談に看護師が医師の支援体制のもと24時間、365日対応 ▶相談電話=☎#7119。つながらない場合は☎06-6582-7119</p> |
| <p> <b>小児救急電話相談</b></p> | <p>▶相談時間=19時～翌朝8時 ▶相談電話=☎#8000。つながらない場合は☎06-6765-3650</p>                    |

※誤飲に関する相談は、大阪中毒110番☎072-727-2499(24時間、365日対応)

### >>>休日・夜間急病診療 ◎受診の際は必ず健康保険証などを持参してください

| 内容  | 受付日時   | 場所・連絡先  |
|---|--|---|
| <p><b>休日急病診療(内科、小児科、歯科)</b></p>   | <p>日曜日、祝・休日<br/>           &lt;午前&gt;9時30分～11時30分(診療は10時から)<br/>           &lt;午後&gt;13時～16時30分<br/>           ※発熱の際は事前に電話してください</p> | <p>医療保健センター(上野坂)☎6848-1661<br/>           庄内保健センター(島江町)☎6332-8558</p> |
| <p> <b>小児初期救急(小児科)</b></p> | <p>月曜～金曜日18時30分～翌朝6時30分(診療は19時から)<br/>           土曜日14時30分～翌朝6時30分(同15時から)<br/>           日曜日、祝・休日8時30分～翌朝6時30分(同9時から)</p>           | <p>豊能広域こども急病センター(箕面市萱野)☎072-729-1981</p>                              |

上記医療機関では、けが、骨折、やけど、異物の飲み込みは受診できませんので、症状により、以下の病院へ相談してください  
 ■上田病院(庄内幸町)〈内科・外科・整形外科〉☎6334-0831 ■関西メディカル病院(新千里西町)〈内科・外科・整形外科〉☎6836-1199 ■小西病院(曾根東町)〈外科〉☎6862-1701 ■市立豊中病院(柴原町)〈内科・外科〉☎6843-0101 ■豊中若葉会病院(東豊中町)〈内科・整形外科〉☎6856-9550

※救急診療日が決まっている科目もありますので、各病院に直接問い合わせてください

※適切な医療機関が分からない場合は、府救急医療情報センター☎6693-1199(24時間、365日対応)

**中部保健センター・保健所**  
 ☎6858-2293・☎6152-7307  
 岡上の町2-1-15・中桜塚4-11-1



**庄内保健センター**  
 ☎6332-8555  
 島江町1-3-14-101



**千里保健センター**  
 ☎6873-2721  
 新千里東町1-2-2



**医療保健センター**  
 ☎6848-1661  
 上野坂2-6-1



## 復興支援DAY 災害パネル展

時2月①9日(水)②14日(月)③18日(金)④25日(金)。10時～15時30分 所岡①高川(豊南町東)☎63335・1560②東豊中(東豊中町)☎6850・8038③服部(服部本町)☎63335・2590の各地域福祉活動支援センター

## あすの地域福祉を考える 市民のつどい

時2月13日(日)14時～15時45分 所地域共生センター(中校塚) 因コロナ禍における生活変化と未来への提言ほか 対30人 甲2月7日(月)までに電話で地域共生課☎6858・2220。ファクス可(催し名、住所、名前、電話番号、保育の有無を記入)☎6854・4344。先着順

## ももの会 若年認知症本人・家族の集い

時2月15日(火)13時30分～14時30分 所すこやかプラザ(岡上の町) 因交流、卓球、音楽、体操ほか。家族は別室で情報交換 対10人 甲電話で中央地域包括支援センターほつと☎6841・9384。先着順

## マンションサミット交流会

時2月19日(土)10時～12時 所すこやかプラザ(岡上の町) 因「無事ですシート」を活用した集合住宅での防災訓練の事例報告と交流会 対会場15人・オンライン50人 甲社会福祉協議会☎6848・1279。先着順

## おしえて、健康づくり 今こそ免疫力アップ

時2月23日(祝)14時～15時30分 所すこやかプラザ(岡上の町) 因大塚製薬による免疫機能と健康習慣の話、豊中市健康づくり推進委員会の活動紹介 対80人 甲健康政策課☎6152・7352。先着順



## とよなががんサロン

時2月28日(月)13時30分～14時30分 所市立豊中病院(柴原町) 因参加者同士の交流、情報交換ほか 対がん患者や家族 甲2月22日(火)までに同病院☎6843・0101

## 講演会

### 大切な人と死別したときに

時3月3日(木)14時～15時 所地域共生センター(中校塚) 因死別によって生じる心身などの反応、悲嘆のプロセス、回復

に向けたケア 出関西学院大学教授・坂口幸弘さん 対身近な人を亡くした人やその周囲の人、30人 他終了後、体験者の交流会あり 甲電話で保健予防課☎6152・7315。先着順

## 弁当の日 食育情報交換会 食べることのチカラ

時3月27日(日)10時～16時 所地域共生センター(中校塚) 因オフィス弁当の日・竹下和男さんによる講演・事例発表、意見交換会ほか 対会場80人・オンライン60人 甲2月1日(火)から市HP。先着順 甲健康政策課☎6858・2879 保要申し込み

## 2月4日は風しんの日 大人の風しんに注意を

妊娠初期の女性が風しんにかかると、生まれてくる赤ちゃんが先天性風しん症候群(難聴・白内障・心臓の病気など)になる可能性があります。

風しんは予防接種で発症を防ぐことができます。次の人に、無料の抗体検査・予防接種(条件あり)を行っていますので、市内の取扱医療機関で受診してください。▽妊娠を希望する女性やパートナーなど▽定期予防接種を受ける機会がなかった男性 (該当者にはクーポンを送付済み) 甲保健予防課☎6152・7316



## 社会福祉協議会 賛助会員を募集

校区福祉委員会活動やボランティアセンター事業などの地域福祉を充実させるため、同協議会の活動財源の拡充にご協力ください。

▼会費 賛助会員(個人・世帯) 10500円、特別賛助会員(個人・法人・事業所・団体など) 105000円。何円でも可 甲3月31日(木)までに各校区福祉委員会(校区により募集期間が異なる場合があります)。広報とよなか2月号と同時配布のみんなの福祉にある振込用紙も利用可 甲同協議会☎6841・9393

(広告)





### 交流・支え合いの場づくり

▼庄内会場 II とよなか縁結実(庄内西町)

▼北緑丘会場 II UR北緑丘団地22号棟集会所(北緑丘) 申電話で日本地域統和人材育成機構☎6844・5711。先着順

#### おひなさまを作ろう

時2月4日(金)10時30分〜12時 所庄内会場 出看護師・重田由美さん 対5人

実費(材料費)

ほっこりひろば 気軽にオシャレ

時2月7日(月)・21日(月)13時30分〜15時30分 所北緑丘会場 出看護師・菊池民枝さん 対各5人

特技を披露しみんなのお手本に参加者でつなぐおてほんバトン

時2月9日(水)庄内会場、2月10日(木)・17日(木)・24日(木)北緑丘会場。13時30分〜15時 出看護師・重田由美さん 対各5人 実費(材料費)

脳のトレーニング

時2月12日(土)13時30分〜15時 所北緑丘会場 出健康生きがい大阪認定講師・山本直弘さん 対5人

健康相談会

時2月13日(日)13時30分〜16時 所庄内会場 出看護師・重田由美さん 対5人

ケアリングヨガ

時2月14日(月)・28日(月)・3月3日(木)北緑丘会場、2月25日(金)・3月2日(水)庄内会場。14時30分〜15時30分 出ケアリングヨガ講師・いわたまさみさんほか 対各5人

#### お金の勉強会

エンディングノートを書いてみよう

時2月16日(水)13時〜16時 所庄内会場

出ファイナンシャルプランナー・平井寛さん 対5人

ハーブの演奏体験

時2月18日(金)11時30分〜12時30分、13時〜14時 所庄内会場 出薬剤師・みわともこさん 対各5人

#### 子育てママのためのほっこりおしゃべりタイム

時2月25日(金)10時30分〜12時30分 所庄内会場 出保育士・井元有香さん 対4人

健康測定会

時2月26日(土)13時〜15時 所北緑丘会場 出看護師・重田由美さん 対5人

### 高齢者

地域ささえ愛ポイント事業

#### 活動登録者募集説明会

時2月7日(月)・22日(火)・3月7日(月)・22日(火)10時〜12時 所すこやかプラザ(岡上の町) 出介護施設や地域での高齢者支援など社会貢献活動の実績に対して換金できるポイントを付与する同事業の説明 対65歳以上、各10人 申社会福祉協議会☎6848・1000。先着順

#### シニアのための

#### ライフ・マネープラン講座

時2月7日(月)14時〜15時30分 所豊中し

ごとセンター(庄内東町) 出一級FP技能士・岡田佳久さん 対55歳以上、会場15人・オンライン15人 申当日10時までに同センター☎6398・7463。市HP可。先着順



#### 簡易型自動録音機を無料配布 特殊詐欺被害防止セミナー

時所へくらしかん(北桜塚) 2月8日(火)10時〜28日(月)14時、3月15日(火)10時〜24日(木)14時(中央公民館(曽根東町) 2月16日(水)10時〜3月8日(火)10時、千里公民館(新千里東町) 2月16日(水)14時〜3月23日(水)14時(豊池公民館(豊池) 2月22日(火)10時〜3月23日(水)10時(庄内公民館(三和町) 2月22日(火)14時〜3月8日(火)14時、特殊詐欺被害防止啓発と同録音機の配布(1世帯1個)、取り付け説明(30分) 対防犯機能付き電話機や留守録対応電話機を持っていない65歳以上の人がいる世帯 申各開催日の2日前までに電話でくらし支援課☎6858・5073

#### とよなか健康大学令和4年度春コース学生募集説明会

時2月10日(水)13時30分〜16日(水)13時30分、16日(水)14時〜17日(木)13時〜26日(土)13時30分〜随時。各1時間 所①原田(原田元町) ②千里(新千里東町) ③高川(豊南町東) ④柴原(柴原町) ⑤服部(服部本町) ⑥庄内(三和町)の各介護予防センター 出卒業生を交えて講座内容などの説明 出介護保険を利用していない65歳以上、各30人 申2月3日(木)10時から各センター(原田☎6843・5225、千里☎6831・0590、高川☎6335・1015、柴原☎6841・5949、服部☎4866・1181、庄内☎6332・0051)。先着順

#### 認知症サポーター養成講座 認知症を知り地域をつくる

時2月10日(水)14時〜15時30分、3月10日(木)14時〜15時30分、26日(土)13時30分〜15時、27日(日)10時〜11時30分 所①庄内公民館(三和町) ②岡町図書館(岡町北) ③永寿園とよなか(新千里南町) ④デイサービスセンターポプラ豊中南(大島町) 出テキストやビデオで認知症について学ぶ 対①②各15人 ③④各10人 申電話で①②長寿安心課☎6858・2867③永寿園とよなか☎6840・2211④ケアプランセンターポプラ豊中庄内☎6151・3948。先着順

## 2月のぬくもりサロンとよなか

(各回要申し込み)

| 講座名<講師>  | 日時・場所                                  |
|--|--|
| 椅子に座って無理のない<br>ストレッチと筋トレ<br><ヨガ講師・末永悦子さん>            | 8日(火)14時~15時、<br>ひまわり(稲津町)             |
| 笑いヨガで健康長寿<br>歌と笑いで免疫力上昇<br><歌う笑いヨガ講師・松井真<br>理子さん>    | 9日(水)13時30分~<br>14時30分、幸福温泉<br>(蛭池南町)  |
| 気質に合わせた<br>体ほぐしで楽しもう<br><健康管理士一般指導員・秋<br>山あゆみさん>     | 14日(月)13時~14時、<br>七福温泉(大黒町)            |
| バイオリンとギターの<br>デュエットで歌おう<br><ギタリスト・野口弘さんほか>           | 16日(水)13時30分~<br>14時30分、幸福温泉           |
| 自力整体で自然治癒力を<br>高めよう<br><自力整体ナビゲーター・佐<br>倉裕美さん>       | 21日(月)11時30分~<br>12時30分、極楽温泉<br>(服部寿町) |
| チェリストといっしょに<br>聴き歌い楽しもう<br><Compact Alone・久山薫さ<br>ん> | 22日(火)14時~15時、<br>ひまわり                 |

## ぬくもりサロンとよなか

**時** 所 右表参照 **対** 満65歳以上、各15人  
他 今年度初めて参加する人は、住所と年  
齢が確認できるものを持参し、申込書  
(緊急連絡先など)を記入。体操は動きや  
すい服装で来場。参加者は当口講座終了  
後に限り100円で会場の浴場に入浴可(ひ  
まわりは無料) **申** 2月3日(休)~7日(月)  
9時~17時に電話でシルバー人材センタ  
ー ☎070・13550・6469。抽選  
あり。定員に満たない場合は各開催日の  
前日まで受け付け。先着順。1人1講座  
のみ

## 司法書士による高齢者のお悩み相談会in熊野田分室

**時** 3月8日(火)・4月12日(火)13時~16時

**所** 中央地域包括支援センター熊野田分室  
ほっと(中校塚) **対** リーガルサポート大  
阪支司司法書士による成年後見制度など  
の個別相談(1組50分) **対** 各3組 **申** 2  
月7日(月)から電話で同分室ほっと ☎4  
865・5160。先着順



## 地域教室

とよなかパワーアップ体操で体力づくり

**時** 2月16日(水)10時~11時 **所** こむ(北校  
塚) **対** 65歳以上、6人 **申** 2月7日(月)

9時30分から電話で中央地域包括支援セ  
ンターほっと ☎6841・9384。先  
着順



## 認知症予防教室

**時** 2月16日(水)11時~12時 **所** 服部介護予  
防センター(服部本町) **対** 65歳以上、20  
人 **申** 電話で服部地域包括支援センター  
ほっと ☎6865・1278。先着順

## とよなかパワーアップ体操体験会

**時** 2月18日(金)10時~11時30分 **所** 千里文  
化センター「コラボ」(新千里東町) **対** 15  
人 **申** 電話で千里地域包括支援センター  
ほっと ☎6155・1030。先着順

## バランスよく食べることからはじめよう

**時** 2月18日(金)13時30分~15時 **所** 蛭池公  
民館(蛭池中町) **対** 低栄養予防のための  
献立作成のポイント **出** 管理栄養士・伊  
藤佳奈さん **対** 65歳以上、20人 **申** 電話  
で柴原地域包括支援センター蛭池分室ほ  
っと ☎6836・9764。先着順

## 楽しくわかるスマートフォン体験教室

**時** 2月24日(木)13時30分~15時30分 **所** 野  
田センター(野田町) **対** スマホの選び  
方、デモ機を使った操作 **対** 65歳以上、  
15人 **申** 電話で庄内地域包括支援センタ  
ー幸町分室ほっと ☎6336・022  
2。先着順

(広告)



初めてでも安心  
スマートフォン体験教室  
**時** 2月24日(木)14時~15時30分 **所** 千里文  
化センター「コラボ」 **出** ソフトバンクス  
マホアドバイザー **対** 15人 **申** 電話で千  
里地域包括支援センターほっと ☎615  
5・1030。先着順



# 障害者

## 障害者の医療費助成制度

重度障害のある人などに、各種医療保険の自己負担額から一部自己負担額を除く医療費を助成。所得制限あり。医療保険に加入し、次のいずれかに該当する人▽身体障害者手帳1・2級または療育手帳Aを持っている人▽身体障害者手帳3～6級と療育手帳B1の両方を持っている人▽精神障害者保健福祉手帳1級を持っている人▽特定医療費(指定難病受給者証または特定疾患医療受給者証)を持っている。障害年金(特別児童扶養手当)1級に該当している人または市が指定する障害認定医に



障害年金1級相当の認定を受けた人 国保保険給付課 ☎68558・22695

## 障害福祉センターひまわり

〒561-0854 稲津町1-1-20  
☎68666・1011 ☎68666・0811

## ひまわり地域交流事業

## ひまわりひろば 笑いヨガ

時2月17日(木)14時～15時 所ひまわり  
出笑いヨガティーチャー・栢和子さん  
対30人 申2月4日(金)から電話でひまわり。ファクス可(催し名、住所、名前、電話番号かファクス番号を記入)。先着順

## 障害者スマートフォン・タブレット体験講習会

午前10時10分～12時10分、午後は13時30分～15時30分 所ひまわり 他介助・手話通訳あり。送迎は要申し込み 申2月7日(月)～14日(月)にひまわり。ファクス可(催し名、希望日時、住所、名前、電話番号かファクス番号を記入)。受け付け後、障害の程度やタブレットの使用状況などを問い合わせる場合あり。抽選あり  
スマートフォン  
③3月1日(火)①午前②午後、3月8日(火)③午前④午後、⑤3月10日(木)午後、⑥3月18日(金)午後 ⑦①②③④18歳以上の視

ひまわり講座(4月～8月実施分)  
午前10時15分～11時45分、午後は13時45分～15時15分

| 講座名                | 日時・定員・費用                                  |
|--------------------|---|
| ①書道                | 第1・3月曜日(4月4日・7月18日を除く8回)午前。8人。実費(手本コピー代)  |
| ②やすらぎ倶楽部           | 第1・3月曜日(4月4日・7月18日を除く8回)午後。8人。実費(材料代ほか)   |
| ③絵手紙               | 第1・3火曜日(4月5日・5月3日を除く8回)午前。8人。実費(材料代ほか)    |
| ④ソフトストレッチA         | 第1・3火曜日(4月5日・5月3日を除く8回)午後。15人             |
| ⑤ハンドベル             | 第1・3水曜日(4月6日・5月4日を除く8回)午後。8人。実費(資料代)      |
| ⑥気功A               | 第1・3木曜日(4月7日・5月5日を除く8回)午前。15人             |
| ⑦アトリエひまわり          | 第1・3木曜日(4月7日・5月5日を除く8回)午後。8人。1,200円       |
| ⑧ダンベル体操・チェアエクササイズB | 第2・4金曜日(4月8日・8月12日を除く8回)午前。15人            |
| ⑨茶道                | 第2・4金曜日(4月8日・8月12日を除く8回)午後。8人。2,000円      |
| ⑩かんたん体操A           | 第2・4月曜日(4月11日を除く9回)午前。15人                 |
| ⑪アロマとハーブで楽しもう      | 第2・4月曜日(4月11日を除く9回)午後。8人。2,700円           |
| ⑫かんたん体操B           | 第2・4火曜日(4月12日を除く9回)午前。15人                 |
| ⑬ソフトストレッチB         | 第2・4火曜日(4月12日を除く9回)午後。15人                 |
| ⑭フラワーアレンジメント       | 第2・4木曜日(4月14日・8月11日を除く8回)午前。8人。9,600円     |
| ⑮えんぴつ書き方教室         | 第2・4木曜日(4月14日・8月11日を除く8回)午後。8人。実費(手本コピー代) |
| ⑯ダンベル体操・チェアエクササイズA | 第1・3金曜日(4月1日・15日を除く8回)午前。15人              |
| ⑰気功B               | 第1・3金曜日(4月1日・15日を除く8回)午後。15人              |

## ひまわり講座

時運左表参照 所ひまわり 対18歳以上で、身体障害・知的障害・精神障害・難病のいずれかに該当する人(手帳などの証明書が必要)。定員を超える場合は、未受講者が優先。定員に満たない場合は要介護認定者と健常者も受講可 他介助・手話通訳あり。送迎は要申し込み。い

覚障害者⑤⑥視覚障害以外の身体障害・知的障害・精神障害・難病のいずれかに該当しスマートフォンを持っている人各5人 ⑤⑥500円  
タブレット  
時3月15日(火)午前、午後 対18歳以上の視覚障害者、各5人  
抽選あり

