

高齢者・福祉

みんなきらめけ!!ハッピー体操

介護予防を目的とした体操です。

ところ	10月
市民体育館	6・20日(月)
きらめき市民大学【午前】	27日(月)
きらめき市民大学【午後】	20日(月)
高坂丘陵市民活動センター	7・21日(火)
大岡コミュニティセンター	7・21日(火)
すわやま荘	21日(火)
唐子地区体育館	1・15日(水)
大岡市民活動センター	2・16日(木)
北地区体育館	2・16日(木)
市民福祉センター	2・16日(木)
南地区体育館	10・24日(金)
野本市民活動センター	3日(金)

時間 午前10時～11時30分(きらめき市民大学【午後】・高坂丘陵市民活動センター・大岡市民活動センターは午後2時～3時30分)

対 市内在住の60歳以上の人

持 フェイスタオル(体操用)、バスタオル・ヨガマット等(敷物用)、体育館履き、飲物

※事前申込は不要。お住まいの近くの会場での参加をお願いします。

問 総合福祉エリア

☎22-5561

FAX 25-3305

高齢介護課

☎21-1406

FAX 22-7731



市HP

年金生活者支援給付金制度

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入やその他の所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

老齢・障害・遺族基礎年金を受給している人で、所得額が前年より低下したこと等により、令和7年度において新たに支給対象となる人には、順次、日本年金機構から請求手続きのご案内が届きます。同封のがき(年金生活者支援給付金請求書)に記入し、指定された期間内に日本年金機構へ提出してください。令和7年10・11月分(12月振込分)から支給されます。

既に年金生活者支援給付金を受給している人は、新たな手続きは不要です。年金を受給しはじめる人は、年金の請求手続きと併せて年金生活者支援給付金の請求手続きをしてください。

□老齢年金生活者支援給付金

対 次の全てに該当する人

- ・65歳以上で老齢基礎年金を受給している人
- ・世帯員全員の市民税が非課税の人
- ・前年の年金収入額とその他の所得額の合計が906,700円(昭和31年4月2日以降生まれは909,000円)以下の人

□障害年金生活者支援給付金・遺族年金生活者支援給付金

対 次の全てに該当する人

- ・障害基礎年金又は遺族基礎年金を受給している人
- ・前年の所得が「4,794,000円+税法上の扶養親族の数×38万円(注意)」以下の人

(注意) 扶養等の種類により変動することがあります。

■共通事項

不審な電話や案内にご注意ください

日本年金機構や市役所、厚生労働省が電話で口座番号やクレジットカード情報を聞いたり、手数料等の金銭を求めたりすることはありません。

問 年金給付金専用ダイヤル ☎0570-05-4092

川越年金事務所 ☎049-242-2657

保険年金課 ☎21-1434 FAX 23-0076



厚生労働省HP

第48回日本スリーデーマーチ「ゆっくりウォーク」ウォーカー募集

車いすを利用されている人や障害のある人、あるいは高齢者やベビーカーを利用しているご家族などが安心して参加できるように、10キロコースを歩きやすく配慮したルートで歩く「ゆっくりウォーク」を行います。

サポートが必要な人は、介助者を確保の上、障害者福祉課へ事前申込をお願いします。

日 11月2日(日)午前9時から

集合 中央会場ゆっくりウォークテント前

コース 吉見百穴・森林公園ルート

対 1日の屋外活動が可能な健康状態の人、介助者と同伴可能な人

申・問 9月30日(火)までに申込書に必要事項を記入し、直接、FAX又は郵送で〒355-8601松葉町

1-1-58障害者福祉課へ。☎21-1452 FAX 24-6066

※申込書は障害者福祉課にあります。また、市HPからダウンロードできます。



市HP

いきいき生活教室

日 10月30日、11月13・27日(木) 午前10時～11時30分(11月13日のみ正午まで)

場 野本市民活動センター

対 市内在住の65歳以上の人

定 20人(申込順)

内 健康寿命を延ばすために自宅で実践できる運動・栄養・口腔ケアを学ぶ(3回1セット)。

費 11月13日のみ500円(食材費等)

申・問 9月3日(水)～10月23日(木)に直接、電話又はFAXで総合福祉エリアへ。

☎22-5561

FAX 25-3305



市HP

ACP普及啓発講座

日 10月7日(火)午後2時～3時30分

場 市民福祉センター

対 市内在住・在勤の人

定 50人(申込順)

内 「ACP(アドバンス・ケア・プランニング)／愛称:人生会議」とは、自分が希望する医療・ケアを受けるために、大切にしていることや望んでいること、どこで、どのような医療・ケアを望むかを前もってあなたとあなたの想いを託せる人たちと話し合い、共有することです。予期しない出来事や突然の病気など、もしもの時に自分の希望を伝えられなくなった時、ご家族などがあなたに代わって難しい決断をする場合に重要な助けとなります。最期まで自分らしく生きるため、一緒に考えてみませんか。

演題 「あなたの想い、託せる人に伝えてみませんか～最期のときまであなたらしく生きるために～」

講師 シャローム病院院長 狩野契さん

申・問 電話又はFAXで

高齢介護課へ。

☎22-7733

FAX 22-7731



市HP

避難行動要支援者避難支援制度

災害時に自力で避難することが難しい高齢者や障害者など(避難行動要支援者)が、速やかに避難支援を受けられるようにするための制度です。要支援者に同意を得て「避難行動要支援者名簿」を作成し、関係機関に配付しています。

名簿に載る人

- ・要介護認定3～5を受けている人
 - ・身体障害者手帳1級、2級を所持する人(内部障害除く)
 - ・療育手帳A、Bを所持する人(18歳未満除く)
 - ・精神障害者保健福祉手帳1級、2級を所持する人(18歳未満除く)
- ※上記に該当しない場合でも災害時に自力避難が困難な場合は、申請により登録できます。

名簿の配付先

警察、消防、自治会(自主防災組織)、民生委員

個別避難計画

具体的な避難支援の方法を記載した「個別避難計画(緊急連絡先、避難支援者、避難場所、避難時の配慮事項、かかりつけ医など)」を作成し、名簿と併せて配付します。

問 社会福祉課

☎21-1455

FAX 24-6066



市HP

子育て

里親入門講座 in川越

日 10月4日(土)午後2時～4時

場 県川越児童相談所

対 里親になりたい人、里親制度について知りたい人

定 30人(申込順)

内 里親制度の説明、里親体験談

申・問 事前に電話で県川越児童相談所 里親推進担当へ。

☎049-223-4152



市HP

「親子でおもしろスポーツ体験」講座参加者募集

日 ①9月14日(日)②11月8日(土)午前10時～11時30分

場 ①北地区体育館②南地区体育館

対 市内在住の小学1～6年生の親子

定 各日15組(保護者必須)

内 ラダーゲッターのほか小学生親子が楽しめるレクリエーション

※ラダーゲッターは、ヒモでつながっている2個のボールをラダー(ハシゴ)に向かって投げ、ボールがラダーに引っ掛かると得点となるスポーツ・レクリエーションです。

申 9月3日(水)正午～10日(水)正午に電子申請で申込み

問 こども支援課

☎63-5005

FAX 23-2239



市HP

未就学児のあそび場 きらめきGO!GO!



場所・問合せ	とき
まつに ☎23-1361	9月10・24日(水)、 10月10・24日(金)
からこ ☎23-1325	9月8日(月)・19日(金)、 10月8・22日(水)
いちのかわ ☎21-6480	9月12・26日(金)、 10月14日(火)・29日(水)
たかさか ☎31-2360	9月16・30日(火)、 10月16日(木)・31日(金)
しんめい ☎24-3346	9月4・18日(木)、 10月6日(月)・21日(火)

時間 午前10時～11時30分

対 未就学児と保護者

内 手遊び、歌遊び、体操、簡単な工作、エプロンシアターなど

申 事前申込みは不要。当日クラブで受け付け。

問 保育課 ☎21-1407 FAX 23-2239

※当日は、開催クラブにお問い合わせください。



きらめき
クラブHP