

市政情報

講座・教室
イベント

募集・求人

健康

高齢者・福祉

ウォーキング

子育て

図書館

相談

市民情報
(伝言板・文書)

こちらウォーキングセンターです

市民一人1スポーツ
週に一度はスポーツを!

●所在地…松本町1-9-37 ☎23-9090 FAX23-5677
●開館時間…午前9時～午後5時 ●休館…月曜日(祝日の場合翌日)、年末年始

今月号掲載のウォーキングセンター事業への参加を希望される場合は、事前予約が必要となりますので、スポーツ課ウォーキング推進室(☎21-1439、平日午前8時30分～午後5時15分)にご連絡ください。
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、次に該当する場合は参加を見合わせてください。

- ・体調がよくない場合(例：発熱、咳、咽頭痛などの症状がある場合)
- ・同居家族や身近な知人に感染が疑われる人がいる場合
- ・過去2週間以内に海外から帰国(入国)した人
- ・感染者と濃厚接触があった人

□ふるさと自然のみちウォーク

野本緑陰史跡巡りコース 10km

日1月18日(火)
集合・受付 ウォーキングセンター 午前8時45分
コース ウォーキングセンター-柏崎緑地-おくま山古墳-將軍塚古墳-野本市民活動センター-五領沼公園-ウォーキングセンター(正午到着予定)

費50円
定30人(申込順)

□埼玉みてあるき

岩鼻運動公園～松山町 9km

日1月25日(火)
集合・受付 ウォーキングセンター 午前8時45分
コース ウォーキングセンター-天神橋-岩鼻運動公園-平野市民活動センター-市野川近隣公園-上沼公園-松山高等学校-下沼公園-ウォーキングセンター(正午到着予定)

費50円
定30人(申込順)

□花・歴史ウォーク

吉見観音・源範頼館跡(吉見町) 10km

日1月8日(土)
集合・受付 吉見百穴入場券売り場前 午前8時45分
コース 吉見百穴-吉見観音(安楽寺)-源範頼館跡(息障院)-天神沼-大沼-武蔵丘短期大学-ウォーキングセンター(正午到着予定)

費50円
定30人(申込順)

□ネイチャーウォーク 水辺と湖畔林の鳥

日1月15日(土)
集合・受付 東松山市立北中学校 午前8時45分、正午解散予定、雨天決行

内滑川沿いでバードウォッチング
持筆記用具、双眼鏡、ルーペなど(貸出しなし)
費50円
定30人(申込順)

1月 月例市民ウォーキング

とき	集合時刻	集合場所	コース(距離)	昼食	問い合わせ
5日(水)	午前8時30分	松山市民活動センター	新春市内初詣(6km)	不要	松山市民活動センター ☎23-9311 FAX23-9312
13日(木)	午前8時30分	大岡市民活動センター	初詣 寺社巡り(7km)	不要	大岡市民活動センター ☎39-0602 FAX39-0676
8日(土)	午前8時30分	唐子市民活動センター	天の園・初詣 唐子神社 八幡神社(親子ウォーキング)(6km)	不要	唐子市民活動センター ☎22-0672 FAX22-0683
8日(土)	午前8時30分	高坂駅東口	箭弓稲荷神社初詣(5km)	不要	高坂市民活動センター ☎34-3730 FAX34-3845
5日(水)	午前8時30分	野本市民活動センター	箭弓稲荷神社初詣(6km)	不要	野本市民活動センター ☎23-7077 FAX23-7063
18日(火)	午前8時30分	高坂丘陵市民活動センター	高坂神社初詣(6km)	不要	高坂丘陵市民活動センター ☎35-4311 FAX35-4313
8日(土)	午前8時30分	平野市民活動センター	初詣 神社仏閣巡り(5km)	不要	平野市民活動センター ☎25-2220 FAX25-2227

時間	市民体育館	唐子地区体育館	北地区体育館	松山市民活動センター	南地区体育館	大岡市民活動センター	野本市民活動センター	高坂丘陵市民活動センター	大岡コミュニティセンター	きらめき市民大学	きらめき市民大学(男性のみ)	市民福祉センター	すわやま荘
午前10時～11時30分(大岡)	17日(月)	19日(水)	27日(木)	11日(火)	28日(金)	20日(木)	24日(月)	18日(火)	18日(火)	24日(月)	17日(月)	25日(火)	18日(火)
	90人	40人	70人	40人	70人	35人	55人	30人	40人	40人	40人	30人	35人

大人のための健康歯援プログラム

令和4年1月26日(水)午後(時間は個別対応のため申し込み後にお知らせ)

場保健センター
対市内在住の成人
内歯と口の健康力チェック、口腔内チェック、歯周病リスクチェック
申・問事前に健康推進課へ。
☎24-3921 FAX22-7435

みなぎらめけ!!ハッピー体操

介護予防を目的とした体操です。

高坂丘陵市民活動センター、きらめき市民大学(男性のみ)は午後2時～3時30分

持フェイスタオル(体操用)、バスタオル(敷物用)、体育館履き、飲料
※事前申込は不要。ご自宅付近の会場での参加をお願いします。

問 高齢介護課
☎21-1406
FAX22-7731

総合福祉エリア
☎22-5561
FAX25-3305

徘徊高齢者等家族支援サービス

徘徊の心配がある高齢者等へ、位置情報を発信する携帯機器を貸し出します。機器を携帯して徘徊した場合、家族はスマートフォン等のインターネット端末での検索や、コールセンターへの問合せで位置情報を確認できます。また、要請に応じ現場急行サービスを行い、利用者の安全を確保します。

対市内に住所を有し、徘徊の可能性がある人で、65歳以上の人や治療手帳の交付を受けている人など
費7,700円(申込時)
申・問 高齢介護課 ☎21-1406 FAX22-7731

東松山市あんしん見守りネットワーク

見守りステッカーの交付

見守り希望者の登録をした人で、認知症等による徘徊の心配がある人には、衣類等にアイロンで貼り付ける見守りステッカーを交付します。見守りステッカーの交付

見守り希望者の登録をした人で、認知症等による徘徊の心配がある人には、衣類等にアイロンで貼り付ける見守りステッカーを交付します。見守りステッカーの交付

☎21-1406 FAX22-7731

くまがパス・ポイント対象事業

「心のこもった地域福祉プロジェクト2020」の1つとして、高齢者の健康づくりや社会参加を支援します。

対市内に住所を有し、徘徊の可能性のある人で、65歳以上の人や治療手帳の交付を受けている人など
費7,700円(申込時)
申・問 高齢介護課 ☎21-1406 FAX22-7731

東松山市あんしん見守りネットワーク

見守り希望者の登録

市内在住の65歳以上の人で、何らかの見守りや支援の必要がある人
※登録をした人に対し、地域包括支援センターの職員が状況に応じて訪問します。

見守りステッカーの交付

見守り希望者の登録をした人で、認知症等による徘徊の心配がある人には、衣類等にアイロンで貼り付ける見守りステッカーを交付します。見守りステッカーの交付

☎21-1406 FAX22-7731

障害者無料法律相談110番

弁護士が障害者の法律相談に、電話とFAXでお答えします。

日12月9日(木)午前10時～午後4時
対障害者本人、ご家族、関係者
相談専用ダイヤル
☎048-8664-5528
FAX048-8664-5528

※相談専用電話及びFAXは相談実施日のみ利用可能です(電話代は相談者負担となります)。
問 埼玉弁護士会法律相談センター
☎048-710-5666