



申請・お知らせ

■国保税の納税方法変更

◇国保税を特別徴収(年金からのお支払い)されている人やこれから特別徴収される人は、申し出により口座振替に変更できます ◇これから特別徴収される人には案内文を送付します ◇詳しくは国民健康保険課216-1230へ

■要介護認定の再見直し

◇今月以降の申請から新たな方法による認定を行います ◇詳しくは介護保険課216-1278へ

■敬老バス

◇対象...満70歳以上の(友愛タクシー券の交付を受けた人は入浴のみの敬老バスを交付) ◇満70歳の誕生日の2週間前から交付可(利用は誕生日から) ◇必要なもの...顔写真、印鑑、身分証明書 ※受け取りは本人のみ

■すこやか入浴

◇対象...敬老バスが70歳以上の友愛バス利用者 ◇敬老バスか友愛バスを提示すると100円で入浴可(利用可能回数範囲内) <サンサンコールかごしま 099-808-3333>

■高齢者など季節性のインフルエンザ予防接種

◇対象...市内に住む65歳以上の人か60歳~64歳で心臓・じん臓・呼吸器機能に日常生活が極度に制限される程度の障害がある人など ◇接種推奨期間...10月~12月末 ◇場所...市内の委託医療機関 ◇料金...1000円(生活保護受給者と市民税非課税世帯の人は無料) ◇詳しくは保健予防課へ

今月の納期

◇後期高齢者医療保険料 第4期
◇国民健康保険税 第5期
◇介護保険料 第5期

納期は11月2日まで

■慰霊友好親善事業の参加者募集

◇対象...先の大戦で父などを亡くした戦没者の遺児 ◇詳しくは鹿児島県遺族会225-8181へ

■通貨や証券類の返還

◇対象...引揚者 ◇詳しくは長崎税関0120-828-680へ

■平成21年度重度障害者市民福祉手当の申請

◇対象...今月1日現在市内に引き続き1年以上住み、身体障害者手帳1・2級や、療育手帳A1・A2・B1を持つ20歳以上の人など ◇申請開始日...10月1日 ◇詳しくは障害者福祉課216-1273か谷山福祉事務所福祉課へ

■地上デジタル放送の支援

◇今月から国による簡易チューナーの無償給付などの支援の受け付けが始まります ◇対象...NHK受信料全額免除の世帯 ◇詳しくは地デジチューナー支援実施センター0570-033840へ

■リフォームヘルパーの派遣

◇住宅改造などのときにリフォームヘルパーを派遣し、相談や助言を行います ◇対象...市内に住む65歳以上の人や身体障害者1・2級の人など ◇利用は無料 ◇詳しくは高齢者福祉課216-1267、重度身体障害者は障害者福祉課216-1273へ

■県身障者用駐車場利用証制度

◇来月から障害者や高齢者、妊産婦など歩行が困難な人が身障者用駐車場を利用しやすくするために県身障者用駐車場利用証制度が始まります ◇詳しくは県障害福祉課286-2746へ



■猫の相談や苦情が増えています

◇野良猫がかわいそうだからと安易にエサを与える行為は本当の愛護でしょうか ◇近所の人たちの理解を得られるよう、トイレの世話やエサ場の管理、不妊・去勢手術などを行うことが大切です ◇詳しくは生活衛生課へ

教室・講座

■高血圧予防教室

◇演題...もっとよく知ろう!高血圧 ◇講師...宮田昌明氏(鹿児島大学大学院講師) ◇対象...市内に住む人 ◇日時...10月21日(水)14時~15時30分 ◇場所...南部保健センター ◇受講は無料 ◇申し込み不要 ◇詳しくは南部保健センターへ

■始める健康ウォーキング講座

◇内容...生活習慣病の予防としていつでもどこでもできるウォーキングの始め方 ◇日時...10月29日(木)11時~12時 ◇場所...かごしま温泉健康プラザ ◇定員...20人(超えたら抽選) ◇受講は無料 ◇申し込み...かごしま温泉健康プラザにある申込書を10月19日(必着)までにかごしま温泉健康プラザ252-8551へ

■食育教室

◇演題...伝えたい味「保存食」~梅干、味噌、漬物 etc. ◇講師...鎌田まゆみ氏(農農業大学校技術専門員) ◇対象...市内に住む人 ◇日時...10月27日(火)13時30分~15時30分 ◇場所...かごしま市民福祉プラザ ◇受講は無料 ◇申し込み...電話で10月23日までに保健予防課へ

■更年期セミナーの開催

◇内容...女性の健康づくりの講話やグループ活動 ◇対象...市内に住むおおむね40歳~50歳代の女性で全講座を受講できる人 ◇日時...10月20日・27日、11月10日・17日の火曜日13時30分~16時(全4回) ◇定員...40人(先着順) ◇場所...東部保健センター ◇受講は無料 ◇申し込み...10月13日から電話で東部保健センターへ

■認知症予防教室

演題	講師	期日
認知症をくいとめるために	日笠山大介氏(三州病院医師)	10月14日(水)
よくなる認知症	厚地正道氏(厚地脳神経外科病院医師)	10月26日(月)

■共通事項

◇時間...13時30分~15時30分 ◇場所...教育総合センター ◇定員...各100人(超えたら抽選) ◇受講は無料 ◇申し込み...電話か直接、各開催前日までに東部保健センターへ

■家族介護講習会

◇対象...市内に住み、家庭などで介護のために介護技術を習得したい人 ◇日時...11月25日(水)・26日(木)10時~16時(全2回) ◇場所...市役所 ◇定員...30人(超えたら抽選) ◇受講は無料 ◇申し込み...はがきに介護者と被介護者の住所、氏名、年齢、電話番号、介護サービスの希望(無料)を書いて、10月23日(必着)までに〒892-8677山下町11-1高齢者福祉課216-1266へ

■乳がん予防教室

◇演題...乳がんとその予防について ◇講師...金子朋代氏(かねこクリニック院長) ◇対象...どなたでも ◇日時...11月13日(金)14時~16時 ◇場所...吉田地区保健センター ◇受講は無料 ◇申し込み不要 ◇詳しくは吉田地区保健センターへ

■こころの健康教室

①桜島地区保健センター ◇演題...こころの健康教室 ◇講師...落合美貴子氏(鹿児島大学教授)、中之園恵美子氏(カラーセラピスト) ◇日時...10月13日(火)13時30分~15時30分 ◇場所...桜島地区保健センター

②郡山地区保健センター

◇演題...高齢者のこころの健康~うつとその予防 ◇講師...平川真理子氏(NPO法人メンタルケア鹿児島代表理事) ◇日時...11月6日(金)10時~12時 ◇場所...郡山地区保健センター
■共通事項■
◇対象...市内に住む人 ◇受講は無料 ◇申し込み不要 ◇詳しくは①は桜島保健福祉課、②は郡山保健福祉課へ

■精神保健福祉交流センター講座

①支援者(精神保健福祉士)を囲む茶話会 ◇講師...鶴田啓洋氏(NPO法人やどかりサポート鹿児島理事) ◇日時...10月24日(土)14時~16時
②まちかど交流講座 ◇内容...手作り革製品の製作 ◇日時...10月31日(土)10時~12時30分
■共通事項■
◇対象...市内に住む人 ◇場所...精神保健福祉交流センター ◇定員...各7人 ◇受講は無料(材料費などは実費負担) ◇申し込みなど詳しくは精神保健福祉交流センター214-3352へ

■身体障害者パソコン講座

◇内容...①年賀状作成 ②ワープロ基礎 ◇対象...市内に住む18歳以上で身体障害者手帳を持ちパソコンの基礎的な操作ができる人で、①は肢体不自由者や内部・聴覚障害者、②は視覚障害者 ◇申込期限...10月15日 ◇詳しくは市心身障害者総合福祉センター252-7900(FAX 253-5332)へ



■ヘルシースリム教室

◇内容...医師や栄養士などの講話や実技 ◇対象...市内に住む40歳以上の人 ◇日時...11月4日(水)・9日(月)・16日(月)・12月7日(月)の13時30分~15時30分(全4回) ◇定員...30人(先着順) ◇場所...松元地区保健センター ◇受講は無料 ◇申し込み...10月9日から電話か直接、松元保健福祉課へ

■高齢者福祉センター東桜島教養講座

講座名	日時	定員
健康体操	第1・3水曜日10時30分~12時(全7回)	20人(超えたら抽選)
健康レクリエーション講座	第2・4水曜日10時30分~12時(全7回)	

■共通事項

◇対象...市内に住む60歳以上の人 ◇期間...11月~来年2月 ◇受講は無料(教材費などは実費負担) ◇申し込み...電話か往復はがきで講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を10月23日(必着)までに〒891-1543東桜島町720高齢者福祉センター東桜島221-2081へ

変わります 生活福祉資金貸付制度

所得の低い世帯など向けに、低利が無利子で生活支援、就学支援、就労支援などの資金を貸し付ける県社会福祉協議会の貸付制度が今月から見直されます。

◇主な見直しの内容

①資金種類の見直し	資金が4種類に整理・統合。失業や減収などによる生活困窮世帯向けの総合支援資金が新設されました
②連帯保証人要件の緩和	連帯保証人を原則必要としますが、確保できない世帯も貸付が受けられるようになりました
③貸付利率の引き下げ	連帯保証人を立てるときは無利子、連帯保証人を立てないときは年1.5%になりました

※②・③は、資金の種類により一部取り扱いが異なります
【市社会福祉協議会(市役所分室) 223-0704、谷山分室 267-6130、各支部】

ボランティア入門講座

◇内容 ボランティア活動の講話や車いす・ブラインドウォークなどの福祉体験
◇対象 市内に住むボランティア活動に関心がある人
◇日時 10月28日(水)13時30分~16時
◇場所 市ボランティアセンター
◇定員 30人(先着順)
◇申し込み 10月7日から電話かファックスで住所、氏名、年齢、電話番号を市社会福祉協議会221-6070(FAX221-6075)へ



有川 榮子さん(西陵一丁目)

楽しくボランティア活動をして元気をもらっています

○子育ての経験を社会に生かしたいと考えていたとき、ボランティア入門講座があるのを知りました。
○受講後、子育て支援のボランティアグループに早速加入。1回2時間程度、絵本を読み聞かせたり、子どもと一緒に遊んだりして、楽しく活動を続けています。
○活動を通して、人との出会いや、ボランティア利用者からの元気を得る機会に恵まれ、本当にやりがいがあります。皆さんも、ボランティア活動をしてみませんか。