

## 高齢者・福祉

### 60歳からの体力測定会

体力チェックをしませんか?下記会場・日程で、体力測定会を行います。握力や柔軟性、バランス能力、下肢筋力等を測定し、苦手だった部分へのアドバイス等もしています。

ところ	とき
市民体育館	5月20日(月)
唐子地区体育館	5月15日(水)
北地区体育館	5月9日(木)
南地区体育館	6月14日(金)
大岡市民活動センター	5月2日(木)
野本市民活動センター	5月13日(月)
高坂丘陵市民活動センター	6月4日(火)
大岡コミュニティセンター	5月21日(火)
きらめき市民大学	6月10日(月)
きらめき市民大学(男性向け)	6月17日(月)
市民福祉センター	6月6日(木)
すわやま荘	6月18日(火)

**時間** 午前9時30分～11時30分(大岡・高坂丘陵市民活動センター、きらめき市民大学(男性向け)は午後1時30分～3時30分)

**対**市内在住の60歳以上の人

**持**体育館履き、飲物、タオル

※事前申込は不要。

※血圧や脈の状況によっては、参加できない場合があります。

**問**総合福祉エリア

☎22-5561 ☎25-3305

高齢介護課

☎21-1406 ☎22-7731



市HP

## 子育て

### 0歳児集まれ

**日**5月17・24・31日、6月7・14日(金) 午前10時30分～11時15分(全5回) ※5回のうち1回はオンラインで実施します。

**場**子育て支援センターソーレ、子育て支援センターマール

**対**市内在住で、できる限り全日程に参加できる、令和5年4月2日～令和5年9月30日生まれのお子さんと保護者

**定**各場所8組(申込順)

**内**手遊び、ふれあい遊びなどを通じた子育てサークル作り

**申**どちらかの場所を選び、5月7日(火)～14日(火)午前9時30分～午後4時30分に直接又は電話で子育て支援センターソーレ又は子育て支援センターマールへ。

**問**子育て支援センターソーレ

☎23-2231 ☎23-2232

子育て支援センターマール

☎35-3521 ☎35-3522



市HP

## 遺児手当

**対**市内在住で、父母又はそのいずれかを死亡により失った義務教育修了前の児童を扶養している人

**支給額** 児童1人につき月額3,000円 ※年3回、7月(4～7月分)、11月(8～11月分)、3月(12～3月分)に支払われます。

**申請に必要なもの** 死亡を証明する書類(亡くなった人の除住民票、戸籍謄本など)、扶養を証明する書類(健康保険証等)、通帳又はキャッシュカード

**申・問**こども支援課

☎21-1461 ☎23-2239



市HP

## ひとり親家庭等医療費支給

ひとり親家庭や父又は母に一定の障害がある家庭などの人が、医療機関で保険診療を受けた場合に支払った医療費の一部を助成しています。

**対**ひとり親家庭等の18歳到達後最初の3月31日までの児童(一定の障害がある場合は20歳未満まで)の母、父又は養育者

※申請者及び同居の扶養義務者の前年(1～6月に申請の場合は前々年)の所得により、支給に制限があります。

**問**こども支援課

☎21-1461 ☎23-2239



市HP

## 合理的配慮の提供が義務化されました

令和6年4月1日に「改正障害者差別解消法」が施行され、事業者(個人事業主やボランティア活動をするグループなども含む)による障害のある人への「合理的配慮の提供」が義務化されました。

合理的配慮とは、障害のある人から社会の中にあるバリア(障壁)を取り除くために何らかの対応が求められたときに、負担が重すぎない(過重な負担のない)範囲で対応を行うことです。

また、合理的配慮の提供に当たっては、障害のある人と事業者が対話を重ね、共に解決策を検討していくこと(「建設的対話」)が重要です。障害のある人からの申出への対応が難しい場合でも、障害のある人と事業者の双方が持っている情報や意見を伝え合い、建設的対話に努めることで、目的に応じて代わりの手段を見つけていくことができます。

**合理的配慮の具体例**

・障害の特性に応じたコミュニケーション手段(手話、読み上げ、筆談など)で対応する。



・飲食店で備え付けのイスを片付けて、車椅子のまま着席できるスペースを確保する。



市HP



内閣府HP

**問**障害者福祉課 ☎21-1452 ☎24-6066

## こちらウォーキングセンターです

●所在地…松本町1-9-37 ☎23-9090 ☎23-5677

●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



□花・歴史ウォーク つきのわ駅～武蔵嵐山駅 12km

**日**6月7日(金)

**集合** 東松山駅改札前 午前8時15分(午前8時29分発下り乗車予定)

**受付** つきのわ駅南口 午前8時40分

**コース** つきのわ駅南口～白山神社～月田橋～桜堤～ラベンダー園～嵐山渓谷飛び石橋～嵐山渓谷展望台(昼食)～嵐山渓谷冠水橋～槻川橋～蝶の里公園～菅谷館跡～武蔵嵐山駅(午後2時10分到着予定)

**費**50円 **持**昼食 **申**当日受付

□埼玉みてあるき 比企西国三十三観音めぐり⑥ 14km

**日**6月11日(火)

**集合** 東松山駅改札前 午前8時25分(午前8時41分発下り乗車予定)

**受付** 武蔵嵐山駅北口 午前8時50分

**コース** 武蔵嵐山駅北口～28番・志賀菩薩堂(もとくろあみふまの墓)～30番・観音寺～普光寺(昼食)～29番・観音堂～小川町駅(午後2時20分到着予定)

**費**50円 **持**昼食 **申**当日受付

□ネイチャーウォーク 田んぼの生き物たち

**日**6月15日(土)

**集合・受付** 高坂市民活動センター 午前8時45分、正午

□東松山歩こう会5月例会  
日本スリーデーマーチシリーズ第1回(東松山市内 都幾川・千年谷公園ルートの一部を歩く)10km

**日**5月19日(日)

**集合・受付** 東松山歩こう会40周年記念碑前(箭弓稲荷神社内、東松山駅西口徒歩3分) 午前9時～9時15分

**コース** 東松山歩こう会40周年記念碑～氷川神社～南

解散予定、雨天決行

**内**湿地の生き物に出会う **費**50円

**持**筆記用具、双眼鏡、ルーペなど **申**当日受付

□ふるさと自然のみちウォーク 高坂七清水コース 17km

**日**6月22日(土)

**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～野本市民活動センター～新東松山橋～高済寺下の清水～折本山公園～宮鼻の清水～高坂市民活動センター(昼食)～高坂駅～東松山橋～いなほてらす～五領沼公園～ウォーキングセンター(午後2時50分到着予定)

※高坂駅から東松山駅までの電車利用可

**費**50円 **持**昼食 **申**当日受付

□埼玉県マーチングリーグ(SAML)

第22回飯能新緑ツーデーマーチ

**日**5月25日(土)

**集合** 東松山駅改札前 午前7時45分(午前7時57分発上り乗車予定、JR八高線東飯能駅下車)

**受付** 飯能市役所中央会場(参加費支払手続等あり)

**コース** 精明・宮沢コース10km

**費**大人1,000円、高校生以下500円

**持**昼食 **申**当日受付

□東松山歩こう会5月例会  
中学校～化石と自然の体験館～庚申塔石仏～高坂カントリークラブ入口～中通公園(昼食)～高坂駅

**解散** 高坂駅午後1時頃

※中通公園で昼食をとらないで高坂駅へ直行も可

**費**会員外300円 **持**昼食 **申**当日受付

**問**服部さん ☎090-5583-8948

## 図書館だより

	市立図書館 ☎22-0324 ☎22-0064	高坂図書館 ☎35-5120 ☎35-5123	なしの花図書室(平野市民活動センター内) ☎25-2220
開館(室)時間	午前9時30分～午後7時	月～金曜日午前9時30分～午後6時 土・日曜日午前9時30分～午後5時15分	水・土・日曜日午後1時～5時15分

**託児サービス** 市立 第2・4金曜日午前10時～正午  
高坂 第1・3金曜日午前10時～正午

**おはなし会** 市立 第2・4土曜日午前11時～11時30分  
高坂 第1・2・4・5金曜日午前11時～11時30分

**ちいさいむけおはなし会(0～3歳位)** 市立 第1・3水曜日午前11時～11時30分

**ミニ朗読会(一般向け)** 市立 第2水曜日午後2時～3時

**映画会** 市立 **日**5月12日(日)午後1時30分から **定**100人(先着順)  
**内**「逆転のトライアングル」(147分・字幕)  
**日**5月19日(日)午後1時30分から **定**100人(先着順)  
**内**「牛と一緒に7泊8日」(106分・字幕)

**5月の休館日** **27日(月)**  
市立図書館HP

## 今月の図書館からのお知らせ

### 市立図書館

□第28回朗読会

**日**6月2日(日)午後1時30分～4時(開場午後1時)

**場**3階視聴覚ホール **定**100人(先着順)

**内**朗読ボランティア「あすなる」が、「古典にふれよう」をテーマに「枕草子」や「源氏物語」など日本の古典文学作品を朗読します。

□ボランティア募集～「彩の会」～

市立図書館内にお花を飾るボランティアに参加しませんか。

月1回程度、2～3人の当番の人にお花を生けていただきます。庭の花などを使って、気軽に活動してください。興味のある人は、直接又は電話で市立図書館へ。

□読み聞かせボランティア講座

**日**5月29日(水)午前10時30分～正午 **場**3階研修室

**対**図書館、学校などで絵本の読み聞かせボランティアを始めたいと思っている人 **定**20人

**内**絵本の読み聞かせの方法、注意点、おすすめ絵本など

**申**5月2日(木)～23日(木)に直接又は電話で市立図書館へ。