

# 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 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

4月以降に開催予定のウォーキングセンター事業は、電話での事前申込が不要となります。  
※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

百穴・川堤コース 10km  
日4月19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-吉見百穴-岩鼻運動公園-平野市民活動センター-ウォーキングセンター(正午到着予定)

費50円 申当日受付  
□埼玉みてあるき  
鎌倉街道 11km

日4月5日(火)  
集合 東松山駅改札前 午前8時30分(午前8時40分下り乗車予定)

受付 武蔵嵐山駅 午前8時50分  
コース 武蔵嵐山駅-嵐山史跡の博物館-向徳寺-笛吹峠-大橋-鳩山中学校-今宿コミュニティセンター(午後1時到着予定、午後1時24分坂戸駅行きバス有)

費50円 持軽食 申当日受付  
□ネイチャーウォーク 市民の森～春～  
日4月16日(土)

集合・受付 物見山駐車場(市民の森入口) 午前8時45分、正午解散予定、雨天決行  
内春の森を楽しもう  
持筆記用具、双眼鏡、ルーペなど(貸出しなし)  
費50円 申当日受付

## □花・歴史ウォーク

物見山・岩殿観音 10km  
日4月23日(土)  
集合・受付 高坂駅西口高坂彫刻プロムナード案内看板前 午前8時45分  
コース 高坂駅西口-埼玉県こども動物自然公園-鳴かずの池-岩殿観音-物見山-高坂彫刻プロムナード-中通公園-高坂駅(正午到着予定)

費50円 申当日受付  
□埼玉県マーチングリーグ(SAML)  
第18回秩父いってんべえウォーキング2Days 江戸巡礼古道を巡り、今昔の聖地を巡るコース10km

日4月9日(土)  
集合 東松山駅改札前 午前8時10分(午前8時17分下り乗車予定)

受付 秩父市役所前広場 午前10時(参加費支払手続等あり)

コース 秩父市役所前広場-札所13番慈眼寺-今宮神社-札所14番今宮坊-札所16番西光寺-旧秩父橋-札所19番龍石寺-秩父第一中学校-札所17番定林寺-秩父神社-秩父市役所前広場(午後1時頃到着予定)

持軽食  
費大人：1,000円、小・中高生：500円、未就学児：無料

# 4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	主催
2日(土)	午前8時30分	松山市民活動センター	桜の岩鼻運動公園(7km)	不要	松山市民活動センター ☎23-9311 FAX23-9312
4日(月)	午前8時30分	大岡市民活動センター	農林公園 桜(6km)	不要	大岡市民活動センター ☎39-0602 FAX39-0676
9日(土)	午前8時30分	唐子市民活動センター	都幾川 田園遊歩(5km)	不要	唐子市民活動センター ☎22-0672 FAX22-0683
2日(土)	午前8時30分	高坂市民活動センター	丘陵桜巡り(6km)	不要	高坂市民活動センター ☎34-3730 FAX34-3845
14日(木)	午前8時30分	野本市民活動センター	野本の文化財を訪ねる(西)(7km)	不要	野本市民活動センター ☎23-7077 FAX23-7063
15日(金)	午前8時30分	高坂丘陵市民活動センター	物見山つつじ(7km)	不要	高坂丘陵市民活動センター ☎35-4311 FAX35-4313
2日(土)	午前8時30分	平野市民活動センター	観桜 吉見百穴(7km)	不要	平野市民活動センター ☎25-2220 FAX25-2227

## 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。

	市民体育館	唐子地区体育館	北地区体育館	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(男性のみ)	きらめき市民大学	市民福祉センター	すわやま荘
開催日	4・18日(月)	6・20日(水)	14・28日(木)	8・22日(金)	7・21日(木)	4・11日(月)	5・19日(火)	5・19日(火)	11・25日(月)	18日(月)	7・21日(木)	19日(火)
定員	90人	40人	70人	70人	35人	55人	30人	40人	40人	40人	30人	35人

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

総合福祉エリア  
☎ 21-1406  
FAX 22-7731  
☎ 22-1556  
FAX 25-3305

## 緊急通報システム



命の危険を伴うような急病や発作の懸念があり、緊急時に消防署への連絡が困難な人の自宅に、ボタンを押すだけで受信センターへ連絡できる機器を設置します。受信センターでは、利用者の状況によって、緊急の場合には消防署に通報し、緊急でない場合は家族等の協力者へ連絡します。  
対 持病等により常時注意が必要である

り、緊急時の対応が困難な高齢者等で、固定電話回線を設置している人

申・問 高齢介護課

☎ 21-1406  
FAX 22-7731

## 障害を理由とする差別に関する相談窓口

障害者及びその家族、その他の関係者からの障害を理由とする差別に関する相談を以下の窓口で受け付けています。

なお、市では、障害を理由とする差別の解消の推進に関する対応要領を定めており、障害を理由とする差別の解消を推進しています。

## 障害を理由とする差別全般

問 障害者福祉課

☎ 63-5032  
FAX 24-6066



障害者福祉課

## 市職員による障害を理由とする差別に関すること

問 人事課

☎ 21-1417  
FAX 24-6123



人事課

## 市立小・中学校職員による障害を理由とする差別に関すること

問 学校教育課

☎ 21-1429  
FAX 23-7255



学校教育課

## 訪問美容サービス

外出が困難な在宅高齢者の自宅を、理容師又は美容師が訪問し、理美容サービスを提供する際の出張費を市が負担します。

対 市内に住所を有する要介護2以上で、外出困難な在宅高齢者

費 出張費以外の実費(カット料等)

利用回数 1年度につき4回まで

申・問 高齢介護課 ☎ 21-1406  
FAX 22-7731

## 東松山市シルバー人材センター 会員拡大キャンペーン実施中

東松山市シルバー人材センターでは、3月までに新規に入会した人に、令和3年度と4年度分の年会費が無料となる特別キャンペーンを実施しています。

対 市内在住の60歳以上の人

条件 新規入会者及び再入会者(令和3年3月31日以前に退会した人)

問 シルバー人材センター  
☎ 22-2245 FAX 22-7655