

## 障がい者虐待に気づいたら 速やかに通報を！

障害者虐待防止法では、虐待に気づいた人は通報することが義務付けられています。

通報した人が特定されないように、秘密は法律により固く守られます。

**身体的虐待**…殴る、蹴る、熱湯をかけるなど暴力によって痛みを与える行為  
**性的虐待**…性的行為の強要、わいせつな言葉を発するなどの行為  
**放棄・放任（ネグレクト）**…適切な食事を与えない、病気やけがをしても受診させないなどの行為  
**心理的虐待**…言葉による脅し、無視、侮辱する言葉を浴びせるなどの行為  
**経済的虐待**…日常生活に必要な金銭を渡さない、本人の同意なしに年金などを管理して渡さないなどの行為

問い合わせ

平日 午前8時30分～午後5時15分  
 市障がい者虐待防止センター(社会福祉課内)  
 ☎ 22-2263 FAX 22-2260  
 平日夜間(午後5時15分～翌午前8時30分)土日祝日・年末年始  
 障害者支援施設 野菊の里  
 ☎ 24-6168 FAX 24-6144

## 介護予防講演会のご案内

**と き** 11月15日(金) 午後1時30分～3時  
 (受付：午後1時～)

**と ころ** 日本フネン市民プラザ2階多目的室(大)

**と き** 11月29日(金) 午後2時～3時30分  
 (受付：午後1時30分～)

**と ころ** 山川地域総合センター2階201会議室

**演 題** 「心と体の健康づくり  
 ～フレイルってなあに?～」

**講 師** 国立病院機構とくしま  
 医療センター西病院  
 整形外科・  
 リハビリテーション科  
 高田 信二郎さん



**対 象 者** 市民で65歳以上の方

**参 加 費** 無料

**準 備 物** 筆記用具、飲み物

**申込期間** 10月9日(水)～31日(木)まで

**申込方法** 下記まで電話してください。(申し込みが多数の場合は、抽選となります。)

問い合わせ  
 申し込み

長寿いきがい課 地域支援係  
 ☎ 22-2264 FAX 22-2260

## 生活トピックス

### 第2回吉野川まちゼミを 開催します！

**【まちゼミとは】** お店の人が講師となり、プロならではの知識や情報、コツを無料で教えてくれる少人数制のミニ講座です。

#### 募集期間

10月21日(月)から募集開始  
 (定員になり次第、締め切り)

#### 開催期間

10月28日(月)～11月30日(土)

#### 受講料 無料

※講座によっては材料費が必要となる場合があります。

※申込方法・会場・受講内容などの詳細は、吉野川商工会議所ホームページをご覧ください。



二次元コード

#### ●問い合わせ

吉野川商工会議所 ☎24-2274

### 生涯学習講座

#### ～どきどきチャレンジ教室～

#### 「リンパ流し体操」

誰でもできるリンパ流し体操です。

**と き** ①11月5日(火)  
 ②11月19日(火)  
 午後1時30分～2時30分

**と ころ** 川島公民館2階ホール

**講 師** 中山 加寿美さん

**定 員** 20人(先着順)

**対 象** 本市在住者20歳以上

**準 備 物** ヨガマット、タオル、  
 動きやすい服装、  
 飲み物(お水)

**参 加 費** 無料

**申込期限** 10月30日(木)まで

#### ●問い合わせ・申し込み

川島公民館(木曜休館)  
 ☎・FAX25-2180

### 健康とくしま“ウォーキング”事業

#### “新嘗・ウォーク”参加者募集！

**と き** 11月23日(木)(祝)  
**受 付** 午前9時15分  
**開 会** 午前9時40分  
**出 発** 午前10時10分

#### 集合受付場所

川島城万葉公園駐車場  
**コ ー ス** 川島神社→川島高校グラ  
 ウンド駐車場→六地藏展  
 望所

**参 加 費** 500円(スティックを  
 レンタルする場合は、レ  
 ンタル料300円)  
 ※中学生以下無料

**申込期限** 11月15日(金)まで

#### ●問い合わせ・申し込み

とくしまノルディック・ウォーク協会  
 ☎090(3782)4325  
 FAX088(642)5003

## 家族介護教室参加者募集

介護の知識を学び、介護をする者の負担軽減や、介護について理解を深めるための教室です。

開催場所	第1回	第2回
吉野川リハビリセンター	12月1日(日)	12月15日(日)
	午前10時～正午	午前10時～正午
内容(予定)	<ul style="list-style-type: none"> <li>●フレイルチェックと予防のポイント</li> <li>●歩行分析AI「トルト」を使用し、歩行の状態を点数化</li> <li>●フレイル予防のための健康体操</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●口腔内の清潔について</li> </ul>

**定 員** 20人

※申込多数の場合は、抽選となります。

**参 加 料** 無料

**申込方法** 長寿いきがい課(本館2階)、各支所(川島・山川・美郷)で申し込みください。

※開催場所でも申し込みできます。

**申込期限** 10月30日(木)まで

★マスクの着用やアルコール消毒、検温に協力をお願いします。

動きやすい服装で

お越しください。



問い合わせ

長寿いきがい課  
 ☎ 22-2264 FAX 22-2260  
 吉野川リハビリセンター  
 ☎ 26-3010

## 令和6年度西部地区消費者のつどい

**と き** 11月14日(木)  
 午後2時～3時15分

**と ころ** 鴨島公民館江川わくわくホール

**演 題** 「身近な犯罪の予防について」

## マイナンバーカード休日特設窓口

マイナンバーカードの申請がお済みで、交付通知書が届いた方の受取に必要な手続きを、次の日程で行います。この休日の手続きの際は、下記の必要書類を本人が持参し、できあがったマイナンバーカードとの顔確認をして、翌開庁日に簡易書留で送付する手続きを行います。(※その場でマイナンバーカードはお渡しできません。)

**と き** 10月27日(日)・12月15日(日)  
 午前9時～正午まで

**と ころ** 市役所本館1階  
 ※入り口は本館東側通用口から

### マイナンバーカードの受取手続きに必要なもの☆

#### ①マイナンバーカード交付通知書

(はがきサイズの白い通知書)  
 裏に、住所および氏名を記入してください。

#### ②本人確認書類

1点で可：運転免許証・パスポート・住民基本台帳カード(写真付き)など  
 2点必要：健康保険証・介護保険証・年金手帳・学生証・医療受給者証など

#### ③暗証番号記入用紙

(4つの暗証番号を記入してください。)

#### ④通知カード(あれば持参してください。)

マイナンバーカードの申請手続きも行っていきます。手続きに必要なものは、上記の受取手続きに必要なもの☆と同じです。

問い合わせ

市民生活課  
 ☎ 22-2210 FAX 22-2245

問い合わせ

市民生活課 ☎ 22-2269 FAX 22-2245