

宝の山ふれあいの里からのお知らせ

○ 第4回「さくらのお祭り」～あなたの胸にきゅっとねじ込みます～

日 時 4月9日(日) 午前10時～午後3時

販売物 宝の山特製おはぎ(あずき)、自然物木工作、煮ごみ、飲料物

体 験 きのこ・ほだ木植菌(有料)、竹・木細工(無料)

出 店 都留市商店連合会の皆様(内容は楽しみに・・・)

その他 子ども達を対象にしたイベン

ト、カラオケコーナーも準備しています。

6年前から市民の皆様にご提供いた

っています、鯉のぼりも遊泳します。(ま

た、当日の鯉のぼり提供も、大歓迎です。)

問合先 宝の山ふれあいの里

☎(45)6222



認知症高齢者早期発見・早期対応事業 もの忘れ相談

最近もの忘れが気になる、思い出せないなどでお困りの方、また認知症のお年寄りの介護でお悩みの方、一人で悩まず、お気軽にご相談ください。

相談日 4月12日(水) 午後1時30分～4時30分

相談場所 いきいきプラザ都留

相談方法 面接(1日4名まで)

相談員 医療法人回堂病院 伊藤千恵医師

地域包括支援センター保健師、介護福祉士

※相談は無料です。

予約・問合先 いきいきプラザ都留内 地域包括支援センター

☎(46)5114

※5月以降の日程は市民カレンダーに掲載します。

健康ジム講習会開催のお知らせ(トレーニング室利用)

日頃の運動不足の解消と健康づくりのために、いきいきプラザ都留内にあるトレーニング室を利用してみませんか!

下記日程により、トレーニング室の器具取り扱い説明などの健康ジム講習会を開催しますので、ぜひお申し込みください。

◎健康ジム講習会

対象者 20歳以上65歳未満の市民。(ただし、運動制限のある病気で治療中の方や学生を除きます。)

内 容 運動の効果と健康についての学習、トレーニング器具の取り扱い方法(歩行器具、自転車器具、ダンベルなど)。

定 員 15名(先着順)

日 程

4月18日(火)	午後1時30分～3時30分	11月21日(火)	午後1時30分～4時
5月15日(月)	午前9時30分～正午	12月13日(水)	午前9時30分～正午
6月28日(水)	午前9時30分～正午	平成19年	
7月18日(火)	午前9時30分～正午	1月26日(金)	午前9時30分～正午
8月24日(木)	午前9時30分～正午	2月15日(木)	午後1時30分～4時
9月29日(金)	午後1時30分～4時	3月12日(月)	午後1時30分～4時
10月25日(水)	午後1時30分～4時		

☆講習会を受講された方には、トレーニング室利用許可証を発行します。(有効期間1年間)

利用時間 月曜日～金曜日(祝日は除く。) 午前9時～午後5時

申込・問合先 いきいきプラザ都留内 健康推進課 保健指導担当

☎(46)5113 内線123、124



おし

都留市の気象

	平成18年2月	平成17年2月	10年間の平均
最高気温	(15) 21.9℃	(10) 16.5℃	19.0℃
最低気温	(5) -7.9℃	(27) -6.6℃	-7.0℃
平均気温	3.2℃	2.1℃	2.5℃
降水日数	1.0mm以上 9日	1.0mm以上 6日	1.0mm以上 4日
降水量	148.0mm	55.5mm	48.9mm
平均湿度	63%	61%	57%

都留市消防署調べ()はその日

平成18年度紙おむつ支給 の申請について

在宅において寝たきり高齢者を介護している家族の負担を軽減するため、紙おむつ支給事業を実施いたしますので、次の要件を備えている介護者はお申し込みください。

支給対象者

市内に住所を有し、在宅で要介護度4または5に相当すると判定され、おむつの使用が必要な高齢者を介護する前年度個人市県民税非課税世帯の家族。

支給内容

紙おむつは偶数月に支給。支給の種類は下記より1種類。

テープ止め紙おむつM/テープ止め紙おむつL/紙パンツM-L/紙パンツL-LL/平おむつ/尿とりパット

申請方法

所定の様式に記入の上、地域包括支援センターに申請してください。(様式は地域包括支援センターにあります。)

申請書提出期限 随時受け付け

申込・問合先

いきいきプラザ都留内

地域包括支援センター

☎(46)5114