

福祉に関する計画を策定

令和6～8年度の計画

◎第9期介護保険事業計画・第10次高齢者保健福祉計画

「高齢者や家族が住み慣れた地域で安心して暮らせる地域づくり」を実現するため、両計画を一体的に策定しました。

☎ 高齢者支援課・内線400

◎第3期子ども発達支援計画(障害児福祉計画)

保健・医療・福祉・教育など関係機関が連携し、発達に支援が必要な子どものライフステージに応じ、切れ目ない支援体制を充実させるため、策定しました。

☎ 子ども相談課・内線470

◎第4期障害者プラン

障害のある方が、住み慣れた地域で自立して安心した生活ができるようになるための計画と、障害福祉サービスなどの提供体制の確保に関する計画を一体的に策定しました。

☎ 障害者支援課・内線389

令和6～10年度の計画

◎第2次のちを支え合う自殺対策計画

さまざまな分野の人・組織が連携し、誰も自殺に追い込まれることのない「みんながゲートキーパーのまち」を実現するため、計画を策定しました。

☎ 社会福祉課・内線432

令和6～11年度の計画

◎第3期国民健康保険データヘルス計画・第4期特定健康診査等実施計画

健康寿命の延伸・医療費適正化のための計画を策定しました。健康・医療情報を活用して効果的・効率的な保健事業を実施します。

☎ 国保年金課・内線646

ポールウォーキング教室

	①室内コース(基礎編)	②外コース(応用編)
日時	5月8日(水)13時15分～15時30分	5月15日(水)13時30分～15時30分 ※雨天時22日(水)
場所	湖北台近隣センター	湖北台中央公園
内容	ポールの持ち方などの基礎、ストレッチ、実践、栄養・歯の話と口の体操	公園周辺をウォーキング

☎ 長岡智津子さん(日本ポールウォーキング協会マスターコーチプロ)、歯科衛生士(①のみ)、栄養士(①のみ)

☎ 市内在住で65歳以上の方※②は①を要受講

定 先着30人 費 無料

☎ 動きやすい服装・靴(①は室内履き)、飲み物、タオル、ポール(貸し出し可)、筆記用具(①のみ)※②はリュック推奨

☎ 5月7日(火)までに高齢者支援課・内線429



5月 各種無料相談・検査 松戸保健所(松戸健康福祉センター)

相談・検査名	日時	申し込み・問い合わせ
思春期相談	電話 来所☎ (月)～(金)9時～17時※祝を除く	☎047-361-2138
精神保健福祉相談☎	2日(水)、20日(月)14時～16時	
酒害相談☎	16日(水)14時～16時30分	
HIV・性感染症・肝炎ウイルス検査☎	毎週(木)(受付13時30分～14時) ※祝、第5(木)を除く ※検査可能な項目…HIV、梅毒、クラミジア、淋菌、B型・C型肝炎	☎047-361-2139 ※申し込みは検査日の属する週の(月)9時～

◎我孫子連絡所(保健センター3階) ※一部の申請書類の配布・預かりのみ

☎ (月)～(金)9時～11時30分、12時15分～15時30分※祝を除く

☎ 松戸保健所(松戸健康福祉センター)☎047-361-2121

健康チェックと元気アップ体操「転ばぬ先のフレイル～今後に備えてしっかり貯筋～」

介護が不要でも、体調が優れない・かんだり飲んだりすることに不安がある・人付き合いが面倒になってきたなどの症状は、フレイルの可能性がありま

☎ 毎月第3(水)9時30分～11時30分

所 カスミフードスクエア新木駅前店2階

☎ 健康チェック(1人5分)、「15分でできる!あびこ元気アップ体操」(10時～、11時～)

費 無料(申込不要)

☎ 高齢者支援課・内線614

遊具うんどう教室講習会

ボランティアも募集中!

☎ 5月21日(火)10時～11時(受付9時50分～)

所 湖北台中央公園内うんどう遊園

※雨天時は保健センター

師 体力づくり指導協会

☎ 市内在住で65歳以上の方

費 無料(申込不要)

☎ 動きやすい服装・靴、帽子、タオル、飲み物

☎ 高齢者支援課・内線413



健康づくり推進員及び食生活改善推進員による栄養教室

手軽に筋肉・骨になるレシピ

☎ 5月22日(水)、6月7日(金)10時～13時

☎ タンパク質・カルシウムが豊富で、電子レンジで作れるレシピやアレンジメニュー

☎ 市内在住の方

定 各日先着20人 費 500円

☎ エプロン、三角巾、手拭き、筆記用具

所☎ 健康づくり支援課(保健センター)

☎ 04-7185-1126



▲炊き込みご飯、鶏もも肉のクリーム煮など

文芸だより

◇俳句

蝶舞ふや大道芸に人の垣
【評】春は人を解放的にするようだ。それ故に出掛けて大道芸を楽しんだりする。蝶はその場の象徴のように舞っている。

利根川の風背に受けて春田打つ
通り過ぎ気づく香りは沈丁花
花冷や亡き母のもの着てみたり

佐藤 麻績選 (投稿数18句)
新井美枝子

◇短歌

冬空に射手座の吾はさそり座の夫を守りて弓ひきしぼる (新かな) 高橋寿美子
【評】知的で奔放な射手座、論究を好むさそり座。天の川を挟む星座だが、射手座の作者が「さそり座の夫を守りて弓ひきしぼる」との着想とリズムが実に良い。

いっしんに的を見つめて弓を引く自分自身と向き合うことく (新かな) 葉迫みゆき
またひとつ覚めゆく夢のごときかな身延桜の花の散りととき (新かな) 小屋野優子
冬帽をぬげばそよると吹く風をむかへ喜ぶわれの白髪

豊島 秀範選 (投稿数17首)
小林 光江
矢部 重夫
三上佐智子

投稿方法 毎月20日(必着)までに、①LINE投稿②はがきに作品(1人1作)、住所、氏名、年齢を明記。〒270-1192市役所秘書広報課広報室(住所省略可)※作品は選者により添削する場合があります。※「青少年の部」(18歳以下)も募集しています。

