

## 悩みがあったら話してみませんか？

秩父地域（秩父市、横瀬町、皆野町、長瀬町、小鹿野町）では孤独・孤立やひきこもり状態等でお悩みの方（本人やその家族等）の一次相談窓口として、令和6年4月1日から秩父地域居場所づくりサポートセンター（認定NPO法人森のECHICAに事業委託）を開設しました。

サポートセンターでは対面相談（事前予約制）以外に、電話、電子メール、SNS(予定)での相談も可能ですので、ひとりで悩まずに、気軽にご相談ください。

サポートセンターだけで対応が難しい場合は、町の関係部署や外部団体と連携しながら支援を行い、お悩みの解消に向けて対応いたします。

また、集いの場として多世代交流カフェゆいっこを開設していますので、ご活用ください。

**問合せ** 秩父地域居場所づくりサポートセンター ☎26・6827 ✉iguragakko@gmail.com  
福祉介護課 ☎66・3111 内線144

## 障がいをお持ちの方の無料相談窓口

秩父郡市1市4町では、障がいをお持ちの方に対し、様々な相談の窓口を、圏域内の福祉関連事業所へ委託する形で設置しています。専門の相談員がお話を伺い、必要に応じて福祉サービスの紹介や申請の支援をします。一人で悩まず相談してみませんか。

### ○身体障がいをお持ちの方の相談窓口

秩父障がい者総合支援センター フレンドリー(カナの会)

問合せ ☎26・7102 FAX62・5613

営業日 月～金曜日 9:00～17:00

### ○知的障がいをお持ちの方の相談窓口

秩父障がい者総合支援センター フレンドリー(清心会)

問合せ ☎21・7171 FAX24・9963

営業日 月～金曜日 9:00～17:00

### ○精神障がいをお持ちの方の相談窓口

生活支援センター アクセス

問合せ ☎24・1025 FAX24・1026

営業日 月～土曜日 9:00～17:00

## 指定有料ごみ袋を支給します!!

子育て家庭の応援、少子高齢化対策として、紙おむつ排出用ごみ袋（指定有料ごみ袋）を支給します。

**対象者** ・0歳から3歳の誕生月までの乳幼児  
・町の「紙おむつ支給事業」の対象者

**支給枚数** 1人につき可燃ごみ20ℓ袋（中型）を1月5枚、年間60枚

**配付方法** 健康こども課・福祉介護課窓口及び多世代ふれ愛ベース長瀬で配付します。

**持参するもの** 乳幼児での対象の方は、町から配付された支給カード

町の「紙おむつ支給事業」の対象の方は町から事前に郵送された申請書

**問合せ** 役場 ☎66・3111  
健康こども課 子育て支援担当 内線134  
福祉介護課 介護包括ケア担当 内線143

## 令和6年度「歌の教室」参加者募集

「歌の教室」は介護予防事業として実施しています。歌うことは、五感を使い、脳の活性化にも役立ちます。みんなで楽しく、音楽を奏でましょう♪



★令和5年度の歌の教室では、「みかんの花咲く丘」「また逢う日まで」「ひょっこりひょうたん島」など、懐かしい曲を中心に6～7曲歌いました。最後にカンツォーネの曲にもチャレンジします。

**日時** ◆ 5月20日(月) ◆ 6月17日(月)  
◆ 7月1日(月) ◆ 8月19日(月)  
◆ 9月2日(月) ◆ 10月21日(月)  
◆ 11月18日(月) ◆ 12月16日(月)  
◆ 1月20日(月) ◆ 2月17日(月)  
午前10時30分～11時30分

**場所** 多世代ふれ愛ベース長瀬  
**講師** るるる♪みゆ～じっく音楽教室  
高橋 薫氏、富田 駿愛氏

**参加費** 毎月1人500円  
**申込期間** 4月8日(月)～4月19日(金)  
**申込方法** 参加希望の方は電話でお申し込みください。  
**対象者** 65歳以上の町民の方  
**定員** 35名 \*定員になり次第締め切ります。  
※本事業は、はつらつポイントカード対象事業です。

**問合せ** 健康こども課 健康づくり担当  
☎66・3111 内線133

## 令和6年度

## 「足腰らくらく教室」参加者募集

「足腰らくらく教室」では、膝や腰、肩や首の筋力の向上に役立つ運動を行います。

ほとんどが椅子に座って出来る体操で、音楽に合わせてテンポ良く足や腕を動かします。気軽にご相談ください。



**日時** 火曜日または水曜日 午後1時30分～3時  
**場所** 長瀬町高齢者障がい者いきいきセンター  
**講師** 健康運動指導士 町田 明子氏  
**参加費** 500円/月  
**対象者** 65歳以上の長瀬町民で足腰に不安がある方

※通所介護等を利用している方は利用できません。  
※事業参加にあたって、保健師が健康状態の確認をさせていただきます。  
※送迎を利用する場合は、事前に保健師が面談します。  
※本事業は、はつらつポイントカード対象事業です。

**問合せ** 健康こども課 健康づくり担当  
☎66・3111 内線133