



くらし



福祉・健康

●一般廃棄物指定収集袋取扱店の追加・取りやめ、粗大ごみ処理券取扱店の追加・取りやめ

▽追加IIファミリーマート昭島緑町店(緑町2丁目)▽取りやめIIローソン昭島福島町店(福島町3丁目)〈清掃センター☎5411342〉



昭島市自治功労者

市議会議員として、市政の進展に貢献されました。



故 小山 満さん (拝島町)

●第十一回特別弔慰金を支給

対象▽過去に特別弔慰金を受給した方▽戦没者などが死亡した当時の遺族で、公務扶助料や遺族年金などを受けていた方が亡くなったため4月1日現在公務扶助料などの受給権者がいない方 ※いずれも要件あり 支給内容額面25万円・5年償還の記名国債 請求 4月1日〜令和5年3月31日に福祉総務係へ

●昭和郷健康サロン

医師による講座や理学療法士による体操指導を行います。転ばない身体づくりを目指し、健康寿命を延ばしましょう。 日時 4月〜令和3年3月の第3土曜日(全12回)の午前9時30分〜11時30分

場所昭和郷高齢者複合施設(中神町) 対象65歳以上の方 定員30人(申込順) 参加費1回100円 申込3月16日から昭和郷高齢者複合施設内さくらガーデン ☎5413012(平日の午前9時〜午後5時)へ〈地域包括ケア担当〉

あいぽつく 健康係・地域保健係 ☎545126 子育て世代包括支援センター ☎5437303 ※申し込みは、午前8時30分から

●フレッシュパパ・ママ学級

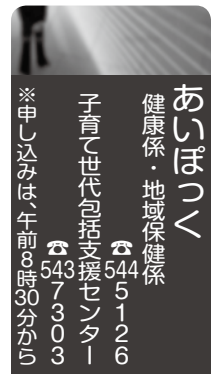
日時 4月18日(土)の午前9時30分〜正午 場所あいぽつく 対象安定期(妊娠16週以降)の妊婦と夫 内容沐浴及びおむつ交換の実習、妊婦体験ジャケットの試着など 定員30組(申込順) 持ち物母子健康手帳、タオル 申込 3月17日から子育て世代包括支援センターへ

●すこやか親子講座

子育ての悩みや不安について話したり、親子遊びをしたりしながら、子どもとの関わり方を学びます。 日時 4月14日・28日、5月12日・26日、6月9日・30日(いずれも火曜日/全6回)の午前10時〜11時30分 場所あいぽつく 対象2〜3歳のお子さんと保護者で、4回以上参加できる方 定員10組(申込順) 申込子育て世代包括支援センターへ

●こにちは赤ちゃん訪問事業

生後2〜3か月のお子さんのいる家庭に訪問員証を携帯した保健師などが訪問し、3〜4か月



市民文化祭参加団体の説明会を開催

10月9日〜11月3日に市民文化祭を開催します。参加を希望する団体は、説明会に必ず出席してください(要申込/個人参加は後日募集)。 ◆日時 4月18日(土)の午後1時30分から ◆場所 公民館 ☆申し込みは、4月12日まで 公民館 ☎5441407へ。

取り組もう ごみ減量!

生ごみはぎゅっと絞ろう

生ごみは、その重量の約80%が水分です。捨てる前に水分をぎゅっと絞ると5〜10%減量できるといわれています。各家庭で生ごみの水分を絞ると、昭島市の場合、年間約500トン、1世帯当たり約9kgの減量になります。また、生ごみの臭いが軽減されるなど、ごみ出しの負担も少なくなります。



それでも出てしまった生ごみは、コンポストを利用してたい肥化してみませんか。市では、コンポストなどの購入費を補助しています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。毎日の暮らしの中で、できることからごみの減量を実践しましょう。 ☆詳しくは、ごみ対策課(環境コミュニケーションセンター内) ☎546-5300へ。

児健診の案内、育児相談 子育て情報の提供を行います。不在の場合は再訪問します。なお、出生通知票を提出していない方は、早めに提出してください。 日時 4月の平日の午前9時〜午後

5時 対象令和2年2月生まれのお子さんのいる世帯 〈子育て世代包括支援センター〉

