

## ㉗ 母子家庭等自立促進講習会「調剤薬局事務講座」

問・申 (社福)茨城県母子寡婦福祉連合会 母子・父子福祉センター(水戸市八幡町11-52)  
TEL 029-221-8497 FAX 029-221-8618 URL: <https://www.ibaboren.or.jp>

就職に活かせる調剤薬局事務の資格取得を応援します。

日時 12月8日・15日・22日、令和7年1月12日・19日・26日、2月9日・16日の日曜日(全8日回)

午前10時～午後4時

※令和7年2月22日(土)に調剤事務管理士技能認定試験があります。

場所 講習：県立青少年会館(水戸市緑町1-1-18)

試験：茨城県母子寡婦福祉連合会(水戸市八幡町11-52)

対象 母子家庭の母、父子家庭の父、寡婦の方(全日程出席でき、今後就労を希望する方)

定員 20名(応募者多数の場合は抽選)

申込方法 FAXまたは郵送でお申し込みください。申込用紙は市こども福祉課の窓口、または茨城県母子寡婦福祉連合会ホームページからもダウンロードできます。

申込期限 11月7日(木)必着

- ・講習会は無料ですが、テキスト代6,000円、ボランティア保険代224円および試験代6,500円は自己負担です。
- ・事前登録制で託児サービスを利用できます(2歳～小学6年生まで)。
- ・条件を満たす方(母子家庭などとなって7年未満で前年度の所得が一定額以下の方)は、交通費の一部が支給されます。

## ㉘ 短期集中型介護予防教室「元気すこやか教室」

問 高齢福祉課(内線174)

申 (株)スマイルハート(小美玉市羽刈638-15) TEL 0299-28-8000

生活機能の改善を目的とした短期集中型の介護予防教室を開催します。

日時 11月15日～令和7年2月7日の毎週金曜日(1月3日は除く) 午後1時30分～3時30分

場所 笠間市総合公園管理棟 会議室A・B(笠間市箱田867-1)

内容 保健・医療の専門職による運動機能向上、栄養改善、口腔機能向上、認知症予防のプログラム(全12回)に取り組みます。終了後も自宅で続けられるよう支援します。

- (1)健康チェック(血圧測定など)
- (2)専門職によるトレーニング指導
- (3)転倒予防体操等
- (4)自宅での生活指導など

対象 市内在住の65歳以上で、次のいずれかに該当する方。ただし、通所介護相当サービスを利用している方は参加できません。

- (1)要支援1、2の認定を受けている方
- (2)基本チェックリストにより生活機能の低下が認められた方(事業対象者)

※基本チェックリストは高齢福祉課、各支所保険福祉課、地域包括支援センターで実施しています。

定員 15名(先着順)

参加費 1,500円(全12回分)

申込方法 (株)スマイルハートへ直接電話でお申し込みください。

申込期限 10月31日(木)

※申し込み後、ケアプランを作成するため地域包括支援センター職員が自宅を訪問します。

生ごみ処理容器(電動式処理機・コンポスト)の  
購入費補助制度があります。

