

※本号に掲載しているイベントなどは、新型コロナウイルス感染症の影響により、延期や中止になる可能性があります。

お知らせのマークの見方

- ◎料金の記載のないものは無料です。
- ◎マークの見方
  - 時=期日(期間)/時間 場=会場
  - 内=内容 講=講師 題=演題
  - 出=出演 曲=曲目 相=相談員
  - 刈=対象 定=定員 料=料金
  - 持=持物 申=申込
- ▷市民大学あしかが学校の講座
- ☑=必修 認=認定

妊婦応援給付金

企画政策課・☎202284

新型コロナウイルス感染症への不安で大変な思いをされている妊婦の方へ、給付金を支給します。対象となる方には8月下旬に申請書を送付しました。



給付額 5万円  
申請方法 申請書類を記入の上、必要書類を添付し、返信用封筒に入れて郵送

申請期間 9月1日(火)～10月31日(土)

※対象要件など詳



細は市ホームページをご覧ください。

ハローベビークラス

健康増進課・☎204513

【両親学級】わくわく育児体験コース Ⅱ時 9月12日(土)/午前10時～正午、午後2時～4時 場 保健センター 刈 パパによる妊婦体験、赤ちゃんのお世話疑似体験(抱っこや沐浴など)、産後の子育てや生活について考えるなど 講 保健師

【母親学級】あんしん体験コース Ⅱ時 10月7日(水)/午後2時～4時 場 さいこうふれあいセンター (西宮町) 刈 妊娠出産で不安定になりやすい心をコントロールする方法、子育てサービス情報の紹介、子育て支援センター『子育てサロン』の見学など 講 保育士、保健師

《共通》刈 妊娠22週以降の妊婦とその家族 ※原則、2回とも参加できる方。

定 先着12組 持 母子健康手帳

申 事前に電話で同課



紹介します！  
放課後児童クラブ

児童家庭課・☎202137

同クラブは、保護者の就労などの理由で放課後や学校休業日に保護者と一緒に過ごすことができない小学生が楽しく過ごす場所です。皆さんのご理解とご協力をお願いします。

利用したいと思ったら…

各クラブの連絡先などは市ホームページをご覧ください。来年度の利用申込の開始時期はクラブによって異なりますので、早めに各クラブへ直接お問い合わせください。



県立盲学校体験学習

同校・☎028・652・2331

☎028・652・4602

時 ①幼稚園部 Ⅱ11月12日(木) ②小学部 Ⅱ9月24日(木) ③中学部 Ⅱ9月25日(金) ④高等部(普通科) Ⅱ10月1日(木) ⑤高等部(保健医療科・専攻科) Ⅱ10月27日(火)

《共通》時 午前9時30分～正午 場 同校(宇都宮市) 刈 視覚に障がいのあるお子さんとその保護者、視覚に障がいのある成人の方 申

実施日の2週間前までに同校の各担当(①② 小林 ③ 西前 ④ ⑤ 小川)あて電話またはファクス※小・中学生は所属する教育機関を通して申し込み。



## アルツハイマーデーイベント 認知症相談会とパネル展示

元気高齢課・☎202246

**時** 9月23日(水)～25日(金)／午前8時30分～午後5時15分※相談会は午前10時～正午、午後1時30分～3時30分。**場** 市役所市民ホール(本庁舎1階)☎認知症に関する相談会とパネル展示**申** 相談希望の方は事前に電話または直接同課

●**ライトアップします！足利学校** **時** 9月16日(水)～25日(金)☎認知症支援を表すオレンジ色にライトアップをする

## 介護予防の

### 高齢者元気アップ教室

元気高齢課・☎202153

▼**北幸楽荘** **時** 9月30日～12月16日(毎週水曜日・12回) **申** 9月2日(水)午前9時から16日(水)までに電話で同課(☎202153)※定員を超えた場合は抽選し、9

納税に関するご相談、受け付けています



収税課  
☎202125

Pick Up! お知らせ

月23日(水)までに通知。

## ▼助戸公民館

**時** 10月29日～令和3年2月4日(原則毎週木曜日・12回) **申** 10月1日(水)午前9時から15日(水)までに電話で市民体育館(☎0536)※休館日を除く。定員を超えた場合は抽選し、10月22日(水)までに通知。初めて受講する方優先。

《共通》**時** 午前10時～正午 **申** ストレッチ体操、有酸素運動、筋力トレーニングなど **対** 医師に運動を止められていない、自力歩行および軽度な体操が可能なおおむね65歳以上の方※申し込み時に健康状態などを確認。 **定** 15人 **料** 2千円

## マリエス愛ボランティア

### 養成講座

元気高齢課・☎202135

**時** 10月8日(水)、15日(水)／午後2時～4時 **場** 市民プラザ本館101号室



☎ 高齢者宅、介護施設などでのボランティア活動に必要な知識の習得 **講** 第一層生活支援コーディネーター・蓼沼友紀子さ

ん※8日のみ。 **対** 全日程参加できる18歳以上の市民で、講座修了後、ボランティアとして活動ができる方 **定** 先着30人 **申** 9月30日(水)までに電話で同課

## 献血にご協力ください

栃木県赤十字血液センター

☎028・659・0114

主催 **申** 足利南ライオンズクラブ

**時** 9月15日(火)／午前10時～正午、午後1時～4時

**場** コムファースト・ショッピングセンター(アピタ足利店)駐車場 **対** 16歳から69歳までの健康な方 **時** 献血カードまたは本人確認できるもの(運転免許証、健康保険証など) ※性感染症の検査目的は不可。性感染症検査は、毎週火曜日の午後1時から2時まで安足健康福祉センター(☎415895)で実施(要予約)。



## 専門職による個別健康相談

健康増進課・☎204512



開催月	午前	午後
9月	23日(水)	7日(月)
10月	26日(月)	9日(金)

**時**▷午前=9時30分～12時30分▷午後=1時30分～4時30分 ※1組45分程度。**場**

保健センター **内定**▷歯科衛生士による歯と口の相談=各3組▷管理栄養士による食事の相談=各3組※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため電話相談になる場合あり。 **申** 事前に電話で同課

2月1日(月)、3月1日(月)／午前10時15分～11時30分 **場** 朝倉・福富緑地(朝倉町)☎足腰の負担を軽減し、より短時間で安全に運動効果が得られるポールウォーキング、ポールエクササイズ※ポールの貸し出しあり。 **対** 市内に在住か通勤している18歳以上の方 **定** 各日先着20人 **申** 事前に電話で同課



税・福祉・募集・子育て・健康・働く・講座・教室・イベント・施設・相談