

# 福祉

## 9月はアルツハイマー月間

認知症になっても安心して地域で暮らし続けられるように、認知症について、まずは知ることから始めてみませんか。  
 ◆本を通じて認知症を知る  
 図書館に認知症関連の本コーナーを設置します。

とき・ところ  
 ○本館：9月7日(火)～16日(水)  
 ○別館：9月18日(土)～29日(水)  
 ◆認知症サポーター養成講座・認知症相談コーナー同日開催  
 認知症サポーターとは認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族をあたたく見守る心援者です。  
 ※相談は1人30分。予約制

3年度くすのき広域連合生活援助サービス従事者研修  
 この研修で生活支援の担い手となり、地域で活躍しませんかと。と。と。と。  
 ○門真市保健福祉センター…9月3日(金)・6日(月)  
 ○守口市市民保健センター(守口市大宮通1-13-7)…9月28日(火)・30日(木)  
 ○四條畷市市民総合センター(四條畷市中野3-5-25)…10月4日(月)・7日(木)  
 ※時間は午前9時30分～午後4時30分  
 内容 介護の基本や認知症の理解など  
 ※最終日に修了評価あり。修了者には修了証書を配付  
 対象 門真・守口・四條畷市内在住の人、または門真・守口・四

とき  
 9月22日(水)午前10時30分～正午、午後2時～3時30分  
 ところ 市民プラザ  
 ※講座内容は同じ  
 費用 無料  
 申込方法 電話  
 申込・予約・問合先  
 くすのき広域連合門真支所(高齢福祉課内)  
 ☎06(6780)5200

いきいき健やか教室 体力測定会  
 自分のカラダのことを知ろう  
 血管年齢、骨密度、筋肉量、体脂肪率を測定します。  
 ※4回に分けて測定。1回45分  
 ところ 高齢者ふれあいセンター  
 講師 (株)スギ薬局

敬老の日～感謝のこころ  
 活動サークルや施設の紹介、活動サークル・個人による作品展示などを行います。  
 とき 9月9日(水)～22日(水)  
 午前10時～午後3時30分  
 ※事前申込不要  
 ところ 老人福祉センター  
 対象 市在住で60歳以上の人  
 費用 無料  
 問合先 老人福祉センター  
 ☎06(6903)7771

ストーム装具および紙おむつの給付申請(10月～3月)  
 9月1日(水)から障がいのある人へのストーム装具と紙おむつの給付申請(更新)を受け付けます。新型コロナウイルス感染拡大を防止するため、更新対象の人には9月初旬に申請書を送付するので、郵送または持参のうえ申請してください。  
 申請に必要な物  
 申請書、承諾書、身体障がい者手帳、個人番号カード  
 ※任意代理人の場合は委任状が必要。個人番号カードや委任状について詳しくは市ホームページ参照  
 申請・問合先 障がい福祉課  
 ☎06(6902)6154

要約筆記講座(基礎課程)受講生募集  
 聴覚障がい者に対して、話す言葉を要約し、文字で伝えることにより、社会参加支援を行う要約筆記通訳者の養成基礎講座です。  
 とき 9月25日～12月18日の土曜日午前10時～午後0時30分(全13回)  
 ところ 市立公民館  
 対象 市在住・在勤で初心者の人  
 費用 無料  
 申込方法 9月1日(水)～14日(火)に電話または直接  
 申込・問合先 障がい福祉課  
 ☎06(6902)6054

ミニンで作ろう ボランティア講座  
 にぎの棒や円座などの手づくり介護用品を作製します。  
 とき 9月28日～10月26日の火曜日午後1時30分～3時30分(全5回)  
 ところ 保健福祉センター  
 講師 門真市介護者(家族)の会・縫製部  
 対象 市在住・在勤で家庭用ミシンを扱える人  
 費用 1作品400円  
 申込方法 9月1日(水)～22日(水)に電話または門真市社会福祉協議会ホームページから申し込み  
 申込・問合先 門真市社会福祉協議会  
 ☎06(6902)6453

# 人権

## 全国公証週間に無料公証相談所を開設(予約制)

大阪公証人会が無料公証相談所を1日限定で開設します。  
 とき  
 10月5日(火)午後1時～4時  
 (相談時間は1人30分)  
 ところ  
 相談室1(市役所別館3階)  
 相談できる内容  
 ○遺言、任意後見、離婚に伴う養育費の支払、金銭消費貸借、土地建物の賃貸借契約などの公正証書に関する相談  
 ○離婚時の年金分割の合意書、会社定款、確定日付などの相談  
 相談員 府内の公証人  
 申込方法 9月27日(月)午前9時～10月4日(月)午後5時30分に電話または直接  
 ※相談時間など詳しくは申込時に確認  
 申込・問合先 人権市民相談課  
 ☎06(6902)5648

寄附・寄贈  
 ◆株式会社ダイエー様  
 本市の環境保全事業のため寄附いただき、感謝いたします。

# 年金

## 年金生活者支援給付金請求書(はがき型)の送付

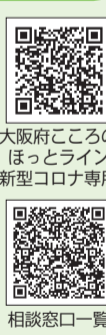
年金を含めても所得が低い人の生活を支援するために年金に上乘せして支給されます。  
 対象者には、9月頃から順次、「年金生活者支援給付金請求書(はがき型)」が送付されます。  
 同封のはがきに必要事項を記入し、返送してください。  
 なお、案内や手続きは日本年金機構が実施します。  
 問合先 給付金専用ダイヤル

年金事務所の予約相談をご利用ください  
 予約により待ち時間が短縮できます。  
 予約の際は、基礎年金番号がわかる年金手帳や年金証書をご用意ください。  
 予約方法  
 希望日の前日までに電話  
 ※受付は平日午前8時30分～午後5時15分  
 予約受付専用電話  
 ① ☎0570(05)48990  
 ② ☎03(6631)7521  
 ※050で始まる電話から書ける場合は②へ

# 9月10日～16日は「自殺予防週間」

自殺は、その多くが追い込まれた末の死であり、その多くが防ぐことができる社会的な問題とされています。悩みを抱えている人は一人で悩まず、専門の相談機関にご相談ください。  
 また、身近な人の悩みに気づいたら、悩みに耳を傾け専門家への相談をすすめましょう。

- ◆こころの健康チェックリスト
- 疲れているのに眠れない日が2週間以上続いている
  - 食欲がなく体重が減っている
  - だるくて意欲がわかない
  - 原因不明の体調不良が続く
- これらは「うつ病」の症状かもしれません。早めに専門の相談機関や医療機関にご相談ください。  
 問合先 福祉政策課  
 ☎06(6902)6093



相談機関	受付日時
こころの健康相談統一ダイヤル ☎0570(064)556 ※一部のIP電話などからは接続不可	9月1日(水)午前9時30分～9月30日(水)午後5時は24時間体制で受付(通常は平日午前9時30分～午後5時)
大阪府こころのほっとライン-新型コロナ専用- ※上記QRコードから友だち登録	水・土・日曜日 午後5時30分～10時30分(受付は午後10時まで)
こころの電話相談 ☎06(6607)8814	平日午前9時30分～午後5時 水曜日は若者専用電話相談(わかぼちダイヤル)として受付
大阪府守口保健所精神保健福祉相談 ☎06(6993)3133	平日午前9時～午後5時45分
大阪府妊産婦こころの相談センター ☎0725(57)5225	平日午前10時～午後4時
大阪府こころの健康総合センター-自死遺族相談(予約制) ☎06(691)2818	平日午前9時～午後5時45分 電話の際に「自死遺族相談」とお伝えください
新型コロナこころのフリーダイヤル ☎0120(017)556	365日午前9時30分～午後5時
関西いのちの電話 ☎06(6309)1121	24時間365日受付
大阪自殺防止センター ☎06(6260)4343	金曜日午後1時～日曜日午後10時
こころの救急箱 ☎06(6942)9090	月曜日午後7時～火曜日午前3時
自殺予防いのちの電話 ☎0120(783)556	毎月10日午前8時～11日午前8時