

高齢者生きがい教室

【①ヨガ教室】

心身の機能を高めます。体の硬い方にお勧めの教室です。運動しやすい服装でご参加ください。

- ▼日時 5月24日～6月28日の毎週木（全6回）10時～11時30分
- ▼会場 高齢者生きがい会館
- ▼定員 20人
- ▼講師 神奈川県スポーツリダー・加藤不二江氏
- ▼費用 無料
- ▼持ち物 汗拭きタオル、飲み物



【②ノルディックウォーキング】

ポールを使って歩行を補助するので足腰への負担が軽く、運動効果の高い快適ウォーキングです。

- ▼日時 5月25日～6月15日の毎週金（全5回）10時～12時（雨天の場合は翌週へ順延）
- ▼会場 県立相模三川公園
- ▼定員 20人
- ▼講師 日本ノルディックウォーキング協会上級インストラクター・小林忠夫氏
- ▼費用 1000円（ポールレンタル料）

【③男の料理教室】

料理好きになるための入門料理教室です。

- ▼日時 5月28日～7月2日の毎週月（全5回※6月4日は休み）9時30分～12時30分
- ▼会場 保健相談センター2階栄養指導室
- ▼定員 男性20人
- ▼講師 食生活改善推進団体えびな会
- ▼費用 3000円（食材費）

4月から制度が変わりました
「子ども手当」から「児童手当」に

子育て支援課 ☎ (235) 4823

ことし4月1日から、これまでの「子ども手当」が「児童手当」に変更になりました。24年4～5月分についてはこれまでどおりの制度内容ですが、6月分以降は所得制限が設けられるなど、制度の内容が一部変わります。

これまで手当を受けていた方は、今回の制度改正による手続きは必要ありませんが、6月に現況届の提出が必要です。現況届については、6月中旬までに案内通知を送付します。所得制限についての詳細は、現況届の案内や市ホームページなどでお知らせします。

また、これまで手当を受給していなかった方は、至急子育て支援課までお問い合わせください。

支給対象者	「0歳～中学校修了（15歳到達後最初の3月31日まで）で国内に住所を有する子」を養育している、国内に住所を有する方。※お子さんが海外留学している場合はお問い合わせください。		
支給金額（月額）	0～3歳未満（3歳誕生月まで）		15,000円
	3歳～小学生	第1子、第2子	10,000円
		第3子	15,000円
	中学生		10,000円
	所得制限超世帯（6月分から）		5,000円
支給時期	6月・10月・2月		

市営住宅入居者を募集します

問 住宅公園課 ☎ (235) 9606

5年間の期限付入居となります。収入基準などの申し込み資格があります。

- ▼募集住宅 市営中新田住宅1戸
- ▼家賃 入居者の所得により異なります。

ります。

※詳細は同課で配布の「募集のしおり」をご覧ください。

- ▼申し込み・しおり配布期間 5月7日（月）～16日（水）（土日は除く）

東柏ケ谷二丁目で可燃ごみ戸別収集
モデル事業を実施します

問 資源対策課 ☎ (235) 4922

6月から、東柏ケ谷二丁目地区のごみ収集曜日と方法が下表のとおり変わります。可燃ごみは、毎週（水）・（土）の8時30分までに、一戸建て住宅は道路に面した敷地内、集合住宅は建物ごとに決められた場所へ出してください（5月31日（木）の収集は通常どおり）。なお、不燃ごみと資源の収集曜日・方法は変更ありません。

詳しくは、5月下旬に配布する「戸別収集の手引き」を確認してください。

【6月からの収集曜日】

月	火	水	木	金	土
収集なし		可燃ごみ （戸別収集）	収集なし		可燃ごみ （戸別収集）
	不燃ごみ （変更なし）	ペットボトル （変更なし）		紙・布 （変更なし）	容器包装 プラスチック 廃食油 （変更なし）

介護者教室

「楽々介護実習パートⅡ
～キネステティクス～」

問 さつき町包括支援センター ☎ (234) 7226

キネステティクスは、人の動きや活動について学習する学問で、学習することで動きの分析能力が向上します。

介護する人・される人双方にとって、負担の少ない介護の技術を学びましょう。

- ▶日時 6月6日（水）13時30分～16時30分
- ▶会場 海老名市医療センター
- ▶対象・定員 家族を介護している方・20人
- ▶内容 移動・移乗介護実習
- ▶持ち物 バスタオル
- ▶申し込み 5月15日（火）までに、直接または電話でさつき町包括支援センターへ。



- ▼持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具
- ※①②③共通事項
- ▼対象 市内在住の60歳以上の方で、全日程参加できる方（初めての方優先・定員を超えた場合は抽選）
- ▼申し込み 往復はがき（1人1選）

枚）に、住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、〒243-0410 杉久保北2-3-4 高齢者生きがい会館「〇〇教室」係へ。いずれも5月15日（火）消印有効。

▼問い合わせ 高齢介護課または、市シルバー人材センター（☎237・3001）へ。



便利です！
「えびなメールサービス」

登録は doc2.i@ofajp あて空メールを送信。詳しくは市ホームページまたはIT推進課へ。