

育児支援ヘルパーが家事や育児を助けます

▶サービス内容

●家事に関すること＝買い物、食事の支度、掃除、洗濯

●育児に関すること＝授乳、おむつ交換、沐浴の補助、就学前の子どもの見守り

▶対象…妊娠中または17歳以下のお子さんを養育している家庭で、日中家事や育児の協力者がおらず、次のいずれかに当てはまる方

●双子、三つ子を養育している

●身体的、精神的事情などによりお子さんの養育が困難

●つわりなどで家事が困難

▶利用回数…1年で24回以内、1回につき2時間以内

▶利用日時…祝日・年末年始を除く月～金曜の9:00～17:00

▶利用者負担金…1時間350円

▶申し込み…申請書を直接、元気館1階子育て支援課へ。書類を確認後、認定証を交付します。

※申請書は市ホームページからダウンロード可。

☎子育て支援課

TEL 47-7786

FAX 20-4201



就学の相談ができます

▶相談内容…言葉や心身の発達の不安や、小学校の教育内容・支援・学習環境などの相談ができます。

▶対象…令和7(2025)年度に小学校へ就学予定の子どもの保護者

▶申し込み…保育園・幼稚園で配布された文書の二次元コードまたは市ホームページからお申し込みください。

※おさんが保育園・幼稚園に在籍していない場合は、学校教育課へお問い合わせください。

☎学校教育課

TEL 21-2366

FAX 23-0881



就学困難な小・中学生の世帯に学用品費などを支給します

▶対象…次のいずれかに当てはまる方

●生活保護が停止または廃止

●世帯全員が市民税非課税

●市税などの減免を受けている

●児童扶養手当を受給している

●前年所得が市の定める基準以下

▶主な援助費用…学用品費、学校給食費、修学旅行費など義務教育に必要な経費の一部

▶申し込み…5月31日(金)までに、就学している小・中学校または市役所2階学校教育課へ。

※オンライン申請・郵送も可。詳細は市ホームページをご覧ください。

☎学校教育課

TEL 21-2366

FAX 23-0881



健康



5月から始まる健(検)診を受けましょう

▶内容…健(検)診を受けて体の状態をチェックし、病気の早期発見・早期治療に役立てましょう。

▶申し込み…電話で健康推進課へ。

※2月に申込書で申し込まれた方には、5月末までに受診通知書などをお送りします。

※実施日や会場は、受診通知書に同封する地区日程表、5月に配布する健診・検診日程表、市ホームページをご覧ください。

☎健康推進課

TEL 20-4211

FAX 22-1077





潮の香ウオーク

☎健康推進課
TEL20-4213
FAX22-1077

詳細はこちら▶ 

▶内容…ウォーキングの基本姿勢や消費カロリーを増やす方法などを体験できます。

▶とき…4～7月、9～11月の第3木曜9:30～11:00
※小雨実施。雨天や天気予報で気温が28度以上の場合は中止します。
※実施の有無は、当日8:30以降に電話で健康推進課へお問い合わせください。

▶ところ…潮風公園ウォーキングロード(元気館向かい)

▶集合…元気館

▶持ち物…タオル、飲み物、スマートフォン(お持ちの方)、運動ができる服装と履物

ウォーキングコース



広～い芝生でストレッチ



森林コース



公園コース



海岸コース

オレンジカフェ・あすなるの会で「ほっとひといき」しませんか？



☎介護高齢課 TEL43-9125 FAX21-4700

オレンジカフェ

認知症の方や介護をしている方、地域の方や高齢者など、どなたでも参加できる集いの場です。お茶やお話を楽しみながら気軽に介護や認知症のことを専門家に相談しませんか。

▶参加料…100～500円程度

※開催日などの詳細は、市ホームページまたはそれぞれのオレンジカフェにお問い合わせください。

オレンジカフェの名称・会場	電話番号
きょう 気養の屋 (旧斎木写真館・西山町)	TEL47-7424 (北地域包括支援センターにしやま)
ももの木かしわざき (元城町)	TEL35-7161
おひさま (小規模多機能ホームひなた・加納)	TEL47-7662
ふれあいカフェ ①ツクイ柏崎グループホーム (柳田町) ②ツクイ柏崎新田畑 (新田畑)	①TEL28-0170 ②TEL28-7233
オレンジカフェそよかぜ (柏崎厚生病院・茨目)	TEL22-0111
まちの相談室 (西山町いきいき館・西山町)	TEL090-5766-5338
オレンジカフェえきまえ (駅前)	TEL41-6583

あすなるの会

あすなるの会は、64歳以下で発症した若年性認知症の方とその家族の集いです。

▶とき…5月16日(休)、7月18日(休)、9月19日(休)、12月14日(土)、令和7(2025)年3月8日(土) 10:00～11:30

▶ところ…市役所 1階多目的室 (12月と3月は柏崎厚生病院外来棟 2階デイケア室)

▶参加料…100～200円程度

☎介護高齢課

TEL43-9125 (直通)

☎柏崎厚生病院

認知症疾患医療センター

TEL22-0111 (代表)

若年がん患者の在宅療養を支援します

▶内容…介護保険と同等の在宅サービスを利用した際に、利用費の一部を助成します。

▶対象…次の全てに当てはまる方
●市内に住所がある39歳以下のがん患者 (医師から回復の見込みがない状態に至ったと判断された方)

●他の制度で助成や給付を受けることができない方

▶対象のサービス

●訪問介護サービス (ホームヘルプ)

●訪問入浴介護サービス

●福祉用具の貸与 (特殊寝台、車いす、歩行器、歩行補助つえなど)

●福祉用具の購入 (入浴補助用具、腰かけ便座など)

▶助成額…1カ月当たりのサービス利用費の9割 (上限5万4千円)

※1カ月当たりの利用費が6万円を上回った分は、全額利用者負担。

▶利用期間…次のいずれかの遅い日から、申請年度の末日まで。

●利用申請をした日

●医師の意見書の診断日

▶申請書類…利用申請書・医師の意見書などの申請書類は健康推進課にある他、市ホームページからダウンロード可。

☎健康推進課

TEL20-4213 FAX22-1077

詳細はこちら▶



※サービスを利用する前に申請が必要です。事前に健康推進課へご連絡ください。

助成金受け取りの流れ

①健康推進課へ利用申請書と医師の意見書を提出

②利用決定通知を受け取る

③介護サービス事業所と契約し、サービスを利用

④介護サービス事業者へ利用費を支払う

⑤健康推進課へ助成金交付申請書類を提出

⑥助成金を受け取る

メタボらず体操体験会

健康推進課
 TEL20-4213 FAX22-1077



▶内容…生活習慣病を予防する筋力トレーニングや、内臓脂肪を燃焼させる運動を体験できます。また、月替わりのワンポイント講座、体組成測定もあります。

▶ところ…元気館

▶持ち物…タオル、飲み物、内履き、運動ができる服装

▶時間…9:30～10:30



体の中身をチェック！体組成測定会

内臓脂肪指数、体脂肪率、筋肉量などを計測し、体に合わせたおすすめ運動を紹介し、4・9月は9:00から体組成測定を行います。これ以外の月は、新規参加者を対象に体組成測定を行います。



詳細はこちら



体操動画

日程	ワンポイント講座
4/24(水)	体の中身をチェック！体組成測定会
5/29(水)	内臓脂肪を燃やす① 運動で撃退！
6/26(水)	内臓脂肪を燃やす② 食事で撃退！
7/24(水)	消費カロリーを増やすウォーキングのコツ
8/28(水)	腰痛に効く！予防体操
9/25(水)	体の中身をチェック！体組成測定会

講座・教室

甲種防火管理新規講習

▶内容…防火管理者の資格を取得するための講習です。

▶とき…5月16日(木)～17日(金)
 9:00～15:00

▶ところ…消防本部

▶定員…70人(先着)

▶受講料…3,500円(テキスト代)
 ※初日にお支払いください。

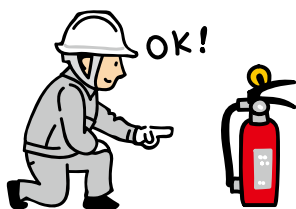
▶申し込み…4月24日(水)8:30～5月8日(水)に、二次元コードからお申し込みください。

※二次元コードから申し込めない方は、消防本部予防課へお問い合わせください。

消防本部予防課

TEL 24-1382

FAX 22-1409



国・県・市の職員による出前講座「ふれあい講座」

▶内容…職員が会場へ出向き、専門知識を生かした講座を行います(マイナンバーカード、介護予防、空き家問題など)。

※詳細は、市ホームページまたは、市民プラザ・各コミセンにある講座紹介パンフレットをご覧ください。

▶とき…希望する日の9:00～18:00(1講座1～2時間以内)

▶ところ…希望する場所

▶対象…市内に在住・在勤・在学する10人以上で構成された団体・グループ(学習グループ・学校・町内会など)

※政治・宗教・営利を目的とした催しなどには派遣できません。

▶申し込み…開催希望日の1カ月前までに、申込書を直接またはファクス・Eメールで文化・生涯学習課へ。

文化・生涯学習課

TEL 20-7500

FAX 22-2637

✉s-plaza@

city.kashiwazaki.lg.jp



生涯学習地域人材バンクをご活用ください

▶内容…さまざまな専門知識や技術を持つ講師を紹介しています。詳細は、市ホームページでご確認ください。

▶申し込み…希望する講師を文化・生涯学習課に電話でご連絡ください。

▶注意

●会場は申込者が手配してください

●材料費や謝礼がかかる場合があります。金額は講師に相談し、直接支払いをしてください

◆人材バンクに登録する方を随時募集中

▶内容…今まで身に付けた知識・技術・経験を生涯学習の場で生かしませんか。市内在住の方が登録できます。

※政治・宗教の普及活動や営利を目的とした登録は不可。

文化・生涯学習課

TEL 20-7500

FAX 22-2637

