

いきいきシニア

令和6年度 老人福祉センター
寿大学パソコン講座①ワードで作
る年賀状(W年ー2コース)(全4
回)②パソコンはじめてみよう！
(P初ー3コース)(全8回)

日①12月2日(月)・6日(金)・9日(月)・
13日(金)②12月5日(木)・7日(土)・10日
(火)・12日(木)・19日(木)・21日(土)・24日
(火)・26日(木)場二幸産業・NSP健幸
福祉プラザ704研修室対市内在住の
60歳以上の方で①文字入力(漢字変
換)ができる方②パソコンが初めて
の方定各15人¥①800円②1,600円
(いずれも全回分)講師多摩市シルバ
ー人材センター会員備考詳細は、二
幸産業・NSP健福祉プラザurlhtt
ps://www.tama-fukushi.org/ 参
照または要問い合わせID1002887申
問①11月18日(月)②11月21日(木)必着の、
往復はがき往信欄裏面に希望講座
名・住所・氏名(ふりがな)・生年月
日・年齢・電話番号、返信欄宛名面
に住所・氏名を記入し郵送、または
住所・氏名を記入したはがきを直接
持参し、〒206-0032南野3-15-
1 二幸産業・NSP健福祉プラザ3
階老人福祉センター☎(356)0303へ

生涯現役セミナー シニア期に
向けた暮らしと働き方

日11月26日(火)午後1時45分～4時30
分場関戸公民館大会議室対55歳以上
で働く意欲のある方定30人(申し込
み先着順)講師荒木健一氏(社会保険
労務士)他持ち物筆記用具主催東京
都、東京労働局、都内ハローワーク、
(公財)東京しごと財団ID1011710申
問10月21日(月)午前9時から、電話で、
予約専用ダイヤル☎03(5422)1399へ
(平日午前9時～午後5時) 
問東京しごとセンターシニ
アコーナー☎03(5211)2335

わくわく
スマホ

スマートフォン相談会

スマホの疑問・不安を解消しませ
んか。
●関戸公民館創作室
日11月8日(金)午前10時～正午・午後
1時～4時対スマートフォンの使用
について疑問や不安のある60歳以上
の都民定同時に2人まで(会場先着
順。1人30分の入れ替え制)ID10147
39申当日直接会場へ
●東寺方地区市民ホール第1会議室
日11月15日(金)午後2時～4時(30分
ごとの計8枠)対60歳以上の都民定

各枠1人(会場先着順)ID1012056申
当日直接会場へ
●中央図書館サテライトカウンター
日11月20日(水)午前10時～正午・午後
1時～3時(相談は1人30分まで)備
考会場先着順。ご希望の方には多摩
市電子図書館の使い方を図書館職員
が説明ID1014734申当日直接会場へ
●からきだ菖蒲館会議室3
日12月10日(火)午後2時～4時(30分
ごとの計4枠)対60歳以上の市内在
住者定各枠2人(申し込み先着順)ID
1012056申11月1日(金)午後2時から、
電話または直接、からきだ菖蒲館☎
(338)6333へ
〔共通事項〕
内スマートフォンの使い方や操作方
法に関する疑問や不安を解消するた
めのマンツーマンの相談会講師東京
都の委託による専門講師持ち物ご自
身がお持ちのスマートフォン主催東
京都問東京都スマートフォン普及啓
発事業事務局☎03(6775)9480(平日
午前9時～午後5時)

スマートフォン体験会

「スマホ、はじめの一步」を踏み出

していませんか？
●二幸産業・NSP健福祉プラザ
704研修室
日11月16日(土)午前9時～正午・午後1
時～4時定各20人(応募者多数の場合
は抽選)ID1012114申問11月2日(土)まで
に、電話または直接、二幸産業・N
SP健福祉プラザ3階事務室☎(356)
0303(日曜日・祝日・第2土曜日を除
く午前8時30分～午後5時)へ
●三方の森コミュニティ会館会議室1
日11月22日(金)午後1時～4時定20人
(応募者多数の場合は抽選)ID10121
14申問11月15日(金)までに、電話で、
東京都スマートフォン普及啓発事業
事務局☎03(6775)9480へ
〔共通事項〕
対スマートフォンをお持ちでないま
たは使い慣れていない60歳以上の都
民内まだスマートフォンを使ってい
ない方や操作に不慣れな方が、楽し
みながらスマートフォンの活用を体
験できる教室形式の体験会講師東京
都の委託による専門講師持ち物スマ
ートフォン(持っている方)主催東京
都備考スマートフォン(Android)
の貸し出しあり。講座もAndroid

の操作方法で説明

障がい者
関連情報

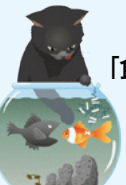
東京都立八王子盲学校の学校公開

日11月15日(金)午前9時40分～午後0
時20分内授業公開、入就学相談、図
書室展示、寄宿舍見学など問場東京
都立八王子盲学校(八王子市台町3
-19-22)☎042(623)3278・urlhttp
s://hachioji-sb.metro.ed.jp/

マルシェたまを臨時閉所します

閉所日時10月25日(金)午後1時～6時、
28日(月)終日備考10月26日(土)は休所
問マルシェたま☎(311)2300、障が
い者就労支援センター「なちゅーる」
☎(311)2324

心の健康チェック、
していませんか？
「イライラする」
「何も楽しくない」
「食欲がない」「疲れている」
「眠れない」は心のSOS



心の健康を
確認しましょう▶ 

シリーズ認知症



認知症は誰もがなりうる脳の病気です。市は、認知症があってもなくても地域
で安心して暮らしていけるよう、さまざまな支援をしています。
このシリーズでは、認知症を他人ごとではなく自分ごととして考えていくため
の豆知識をご紹介します。

ID1002927問高齢支援課☎(338)6846

若年性認知症について

認知症は高齢になるほど発症しやすくなりますが、
若い世代で発症する場合もあります。18～64歳に発
症する認知症を「若年性認知症」と呼びます。
高齢になって認知症と診断された人の脳の変化に
は、加齢で起こる変化が複雑に絡み合って、どれが
加齢の変化で、どれが病理学的な変化なのかはつき
り区別ができません。
一方、64歳以下で認知症と診断される人の脳の変
化は、老化現象ではなく病理学的な変化であること
が特徴です。
高齢の人の場合に比べ、周囲の人も家族も、病氣
を理解し、受け入れるのにも時間がかかります。ま
た、職場や地域での理解や手助けが求められます。
相談の特徴
①相談内容の幅が広い
専門医療機関のこと、病氣・
薬のこと、就労、障害年金、利
用できるサービス、本人への対
応など多種多様です。
②特有のサービスを希望している
高齢者と異なり、介護保険サービスには合わない
人が多く、またサービスの利用を求めているも、若
年性認知症専門のサービスは少ないのが現状です。
③本人・家族は不安を抱えている
病氣の診断、働き盛りの発症、家計が苦しくなる、
子育て中・介護中であることなど、高齢者と異なる
状況により、本人も家族も混乱して、漠然とした不
安を抱えている場合があります。
④関係機関との連携が必要
再就職先のこと、家計や子どもの学費の支払いの
こと、日中の活動をどこで行うか、社会保障制度に
ついてなど、1カ所の相談
先では解決できない内容が
多く、どこに相談したらよ
いかわからず相談に至らな
い場合があります。



「東京都多摩若年性認知症総合支援センター」をご存じですか？
場合によっては関係機関と連携をとりながら、ワンストップ窓口として総合的に相談に応じます。
ご本人・家族はもちろんのこと、会社の上司・支援者などからの相談も可能です。
場日野市多摩平2-2-4 ニコール豊田ビル4階備考相談は無料。来所相談は要予約問☎042(843)2198・
FAX042(843)2199・✉jakunen@moth.or.jp