

自分に合った介護サービスを受けるためのポイントとは

フレイル※などにより日常生活での困りごとや不安を感じるようになると、介護サービスの利用を考えるもの。利用の流れを予め知っておくことで、自分らしい暮らしの継続に向けた介護サービスを利用することができます。

※年をとって体や心のはたらき、社会的なつながりが弱くなった状態

Point①

まずは、お住まいの地区の地域包括支援センターに相談します。相談にあたっては「元の生活に戻るためにサービスを利用する」という視点を持つことがポイントです。



Point②

「なりたい自分」、
「元気に暮らしていた頃の自分」
のイメージを整理します。そして、
・今の自分でできること
・できないこと
を整理しましょう。



Point③

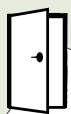
「できないこと」について、その原因や、
できるようになる方法を地域包括支援
センター職員と一緒に考えます。そして、
「できなくなってしまったこと」をできる
ようになるための機能訓練を行ってくれる
介護サービスを選びましょう。



「なりたい自分」、「元気に暮らしていた頃の自分」をイメージして、介護サービスを利用する
目的を明確にすることが最も大切です。

問合せ 介護保険課 (☎34・6634、FAX34・6034、✉kaigohoken@city.toyota.aichi.jp)

salon



い
き
い
き

シニア

サロン

お知らせ

催し

シニアセミナー 柳亭市若落語会

とき／11月10日(日)午後1時30分～2時30分(受付は午後1時15分から) ところ／中央図書館

対象／60歳以上 定員／抽選60人

申込み・問合せ／10月15日(火)までに中央図書館ホームページ、電話か直接中央図書館(☎32・0717、FAX32・4343) ※当選者のみ10月31日(木)までに電話かEメールで連絡

催し

秋の篠笛コンサート♪

とき／10月10日(木)午後2時～2時45分

出演／篠笛ユニット 結-yui-



催し

手芸講座 南天のしめ縄作り

とき／10月30日、11月6日の水曜日午後1時～3時30分

定員／抽選12人 参加費／1,500円

申込み期限／10月9日(水)



催し

健康ミュージックサロン

①歌声ひろば ②リズム体操 ③コーラス

とき／①10月7日(月)、18日(金)午前10時45分～正午
②20日(日)午前10時45分～11時45分 ③23日(水)午前10時30分～正午

ところ／とよた市民活動センター

対象／おおむね60歳以上の人 定員／各先着30人

参加費／①②1,000円 ③1,500円

申込み・問合せ／10月5日(土)午前8時から電話かEメールでとよたMケアの会(秋山^{あきやま}☎090・4250・1905、✉aki-yama@pk9.so-net.ne.jp)

催し

初歩からの太極拳

とき／11月18日(月)午前9時30分～10時30分、午前10時40分～11時40分 定員／各抽選12人 参加費／100円

申込み期限／10月18日(金)

《共通》ところ／豊寿園 対象／市内在住の60歳以上

申込み・問合せ／抽選の場合は申込み期限までに電話か直接豊寿園(☎27・2200、FAX28・7343)



子育て応援PICK UP! ～ 講座紹介～



のびのび 子育てサロン



講座 GoGoリトミック(1歳)

山之手子育て支援センター

この講座では、講師が弾くピアノなどの楽器のリズムに合わせて、親子で一緒に体を動かします。「だるまさんが転んだ」などのお遊戯コーナーもあり、日頃の運動不足解消や子どもとのコミュニケーションにも効果的です。

講座の様子

利用ママVOICE



家ではやらないリズム遊びを体験し、子どもの楽しそうな表情を見ることができました。

おおたか みほ まお
大高 美穂さん 真央くん



11月の子育て支援施設 ※下記以外の催しもあります

- ・保健師、管理栄養士の育児健康相談予約は10月2日(水)午前9時から先着順で受付
- ・講座申込みは、豊田市LINE公式アカウントのメニュー左下「子育て」ボタンから。抽選により参加者を決定
- 抽選応募期間:10月2日(水)午前9時～3日(木)午後4時59分
- 抽選結果発表:10月3日(木)午後5時から順次LINEで通知
- そのほか:①抽選実施後、空席がある催しは先着順で受付
②抽選実施後、満席の場合はキャンセル待ち申込み可。ただし、抽選落選者を優先

施設	とき	内容(対象) 催しは原則未就園児が対象	育児健康相談(要予約)
とよた子育て総合支援センター あいあい ☎37・7071 FAX37・7072 ✉kosodateshien-ai@city.toyota.aichi.jp 火曜日を除く午前10時～午後6時	7日☎午前10時30分～11時30分 17日☎午前10時～正午 20日☎午前10時30分～11時30分 25日☎午前10時30分～11時30分 28日☎午前10時30分～11時20分 29日☎午前10時30分～11時20分	親子むし歯予防教室(1歳以上) 自然物を使って作ろう(5歳～小学3年生) 親子むし歯予防教室(6～11か月) みんな集まれ!一緒に遊ぼう 11月生まれのたんじょう会(1歳) 11月生まれのたんじょう会(2歳以上)	11日☎ 午前10時～11時30分 身体計測は、開館中いつでもできます。
志賀子どもつどいの広場 ゆうゆう ☎80・1522 FAX80・1533 日曜日を除く午前9時～午後5時	5日☎午前10時～10時30分 12日☎午前10時～10時45分 13日☎午前10時～11時30分 19日☎午前10時～午前11時(2回開催) 20日☎午前10時～11時	ゆうゆう広場(1歳) ベビーゆうゆう(首すわり～1歳0か月) 離乳食・幼児食教室(5～8か月) 11月生まれのたんじょう会(1歳/2歳以上) 親子で遊ぼう(2歳以上)	6日☎ 午前9時30分～11時 身体計測は、開館中いつでもできます。
柳川瀬子どもつどいの広場 にこにこ ☎25・0008 FAX21・2800 日曜日を除く午前9時～正午、午後1時～5時	6日☎午前10時～午前10時45分(2回開催) 8日☎午前10時～11時30分 9日☎午前10時～11時 13日☎午前10時～11時 21日☎午前9時30分～午前11時(2回開催)	わらべうたで音あそび(3～11か月/1歳以上) 離乳食・幼児食教室(9か月～1歳0か月) 鍵盤ハーモニカで歌って踊ろう♪(*園児・小学生も可) 親子で体を動かそう♪[フラトレ](2歳以上) 11月生まれのたんじょう会(2歳以上/1歳)	27日☎ 午前9時30分～11時 身体計測は、開館中いつでもできます。
飯野 ☎75・1236 FAX75・1237	7日☎午前10時15分～11時45分	離乳食・幼児食教室(5～8か月)	—
伊保 ☎43・1291 FAX48・4632	5日☎午前10時～11時30分 13日☎午前10時～11時	管理栄養士と語り合う幼児食(1歳以上) おもちゃの選び方(6か月～2歳)	25日☎ 午前9時30分～11時
越戸 ☎45・3106 FAX45・4080	1日☎午前10時～10時45分 5日☎午前10時～11時	親子リトミック(1歳6か月以上) 楽しく子育て♪教室	—
堤 ☎52・0207 FAX47・2011	8日☎午前10時15分～11時	人形劇を見よう	11日☎ 午前9時30分～11時
渡刈 ☎74・1056 FAX28・9476	8日☎午前10時～11時 12日☎午前10時～11時30分	親子リトミック(1歳6か月以上) 離乳食・幼児食教室(9か月～1歳0か月)	—
宮口 ☎32・7118 FAX32・2977	5日☎午前10時～11時 25日☎午前10時～11時	オカリナとふれあい遊び(1歳6か月以上) 親子救命レスキューコース	—
山之手 ☎26・0775 FAX27・6963	29日☎午前10時～11時	クリスマス飾りを作ろう(2歳以上)	20日☎ 午前9時30分～11時
若園 ☎52・3102 FAX52・4140	1日☎午前10時～11時 6日☎午前10時～11時30分	さんぽに出かけよう(2歳以上) 管理栄養士と語り合う幼児食(1歳以上)	—
足助 ☎62・1145 FAX62・1728	1日☎午前10時～11時 6日☎午前10時～11時	親子救命レスキューコース 親子遊び	足助・稲武・大草・大沼・杉本 保健師・栄養士による育児健康 相談、身体計測は行いません
稲武 ☎82・2025 FAX83・1012	—	—	
大草 ☎65・2045 FAX65・2750	6日☎午前10時～11時	どれだけ大きくなったかな(身体計測・育児相談)	
大沼 ☎90・3021 FAX90・3072	6日☎午前10時～11時30分	離乳食・幼児食教室	
杉本 ☎68・2701 FAX68・2852	—	—	—

●地域子育て支援センター/施設を利用できるのは未就園児のみ。平日:午前9時～正午、午後1時～5時、土曜日:午前9時～正午(山之手は土曜日休館) ●育児に関する相談は随時、来所・電話で応じています(あいあいはEメール、ファックスも可)。 ●暴風警報・暴風雪警報・特別警報が午前6時の時点で該当地域に発令されている場合はあいあいを除き閉館。あいあいは講座開始の1時間前に発令されている場合、講座中止



これから赤ちゃんを迎える皆さんへ

パパママ教室～1stマタニティ～

とき／11月11日(月)午前9時30分～11時50分
対象／市内在住の妊婦と配偶者 定員／先着40組
持ち物／筆記用具、母子健康手帳 申込み／10月22日
(火)午前9時から市ホームページ (HP1023701)

2ndマタニティ教室

とき／11月18日(月)午前9時40分～10時50分
対象／市内在住の2人目以降出産予定の妊婦と家族
定員／先着40組 持ち物／妊娠中の子の母子健康手帳、筆記用具
申込み／10月21日(月)午前9時から市ホームページ (HP1009078)

《共通》ところ／保健センター 問合せ／こども家庭課 (☎34・6636、FAX32・2098、✉kodomokatei@city.toyota.aichi.jp)

離乳食教室マタニティキッチン

とき／10月30日(水)午後2時～4時 ところ／市役所
対象／市内在住の妊婦とその夫かパートナー (いずれも1人でも参加可) 定員／抽選18人 参加費／1人500円

その他／調理に伴うにおいや立ち作業有り
申込み／10月14日(月)までに申込みフォーム
問合せ／農政企画課 (☎34・6640、FAX33・8149、✉nousei@city.toyota.aichi.jp) (HP1060106)



未就学児の保護者の皆さんへ

ふれあい子育て教室

とき／10月28日(月)午前10時～11時
ところ／保健センター
対象／令和5年10月～12月生まれの子と親
定員／先着40組 持ち物／フェイスタオル
申込み／10月7日(月)午前9時から市ホームページ
問合せ／こども家庭課 (☎34・6636、FAX32・2098、✉kodomokatei@city.toyota.aichi.jp) (HP1037601)

おはなしひろば(絵本とエプロンシアター)

とき／10月22日(火)午前10時15分～10時45分
対象／乳幼児と保護者



ベビママフラ

とき／11月1日～12月20日の毎週金曜日午前10時～11時 ※11月8日は休み
対象／1歳以上の未就園児と保護者 定員／先着20組
参加費／5,600円 申込み／10月10日(木)午前9時から
電話か直接高橋コミュニティセンター
《共通》ところ・問合せ／高橋コミュニティセンター
(☎80・4729、FAX80・0068、✉takacomu@homex-co.com)

ベビースキンシップ&ママヨガ教室

とき／11月20日(水)午前9時50分～11時
ところ／地域文化広場 対象／2か月半～1歳の子と母親
定員／先着20組 参加費／900円
申込み／10月16日(水)午前11時から電話で地域文化広場
問合せ／地域文化広場 (☎53・0671、FAX53・5086、✉chibun@homex-co.com)

赤ちゃんのための絵本講座

とき／①11月6日(水) ②7日(木) ※いずれも午前10時30分～11時30分 ところ／中央図書館
対象／①0歳児と保護者 ②1歳児と保護者
定員／各抽選10組
申込み・問合せ／10月23日(水)までに申込み共通事項
と子の生年月日、希望コースを中央図書館ホームページかハガキで中央図書館(〒471・0025、西町1-200、☎32・0717、FAX32・4343) ※当選者のみ10月30日(水)までに電話かEメールで連絡

こどものことみんなと一緒に考えよう

とき／12月3日(火)、4日(水)午前10時～午後2時30分 ところ／市役所 対象／両日参加できる未就学の発達障がい児の保護者 定員／先着15人
その他／託児有り(要予約)。昼食は各自で用意
申込み・問合せ／10月7日(月)午前9時～31日(木)午後5時に電話、ファックス、Eメールか直接障がい福祉課 (☎34・6751、FAX33・2940、✉shougai_hu@city.toyota.aichi.jp)

ワンツースリーキッズ体操

とき／11月12日～来年1月14日の毎週火曜日午前10時～11時 ※12月31日は休み ところ／猿投棒の手ふれあい広場 対象／2歳以上の未就園児と保護者
定員／先着15人 参加費／6,300円
申込み・問合せ／10月22日(火)午前9時から電話か直接猿投棒の手ふれあい広場 (☎45・7288、FAX45・7290、✉bonote@homex-co.com)

森であそぼう！さとちんのわらべうた

とき／11月18日(月)午前10時～午後1時
 ところ／松平地区の里山 対象／未就園児と保護者
 定員／先着10組 参加費／1組1,500円 ※保険料1人50円が必要
 申込み・問合せ／10月5日(土)午前10時から野外保育とよた森のたまごLINEアカウントかEメールで野外保育とよた森のたまご(遊佐 佑太) 080・5122・1052、
 ✉moritama_oyako@yahoo.co.jp)



LINE

季節の手足型アート作りとリトミック

とき／ハロウィン:10月11日(金) はたらく車:11月15日(金) クリスマス:12月6日(金) 干支:来年1月9日(木) ※いずれも午前10時30分～11時10分
 ところ／とよた市民活動センター 対象／未就園児と保護者
 定員／先着15組 参加費／1組1,000円
 申込み・問合せ／10月5日(土)午前10時からないろえがおホームページか電話でないろえがお(山内 やまうち) 080・3668・0062)



ホームページ

親子で草木染めの手ぬぐい作りにチャレンジ

とき／11月4日(月)午前9時30分～正午
 ところ／トヨタの森 対象／未就学児を含む家族(小学生不可) 定員／抽選20人 参加費／300円
 申込み・問合せ／10月23日(水)までに申込み共通事項と年齢をEメールでトヨタの森(☎58・2736、FAX58・2855、✉event@toyotanomori.jp)

えほんよみきかせ会

とき／10月25日(金)午前10時～10時30分
 ところ／高岡コミュニティセンター
 対象／乳幼児と保護者
 問合せ／高岡コミュニティセンター(☎53・7771、FAX53・7782、✉info@takaoka-cc.com)

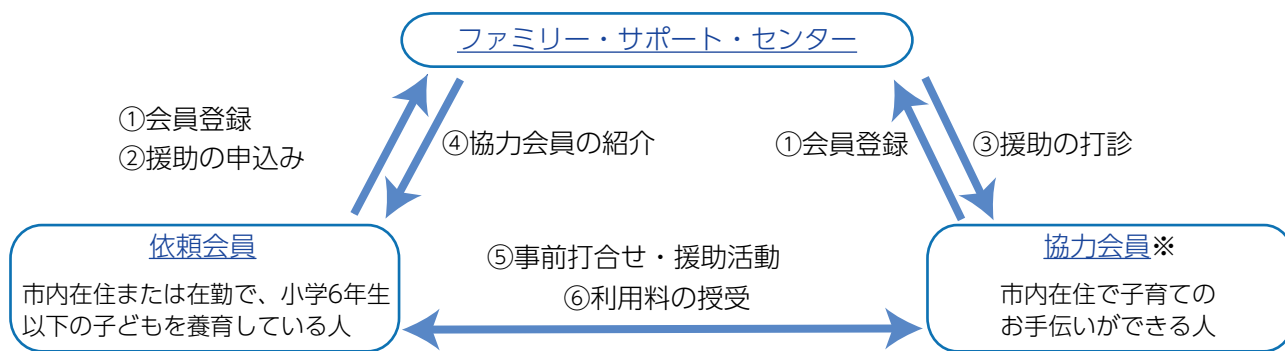
エコ・キッズスペース～秋の森へ遊びに行こう～

とき／11月22日(金)午前10時～正午
 ところ／トヨタの森 対象／未就園児の親子
 定員／先着15組 参加費／1組200円
 申込み・問合せ／10月5日(土)午前10時から電話でエコット(☎26・8058、FAX26・8068、✉eco-t@eco-toyota.com)

とよた子育て便り

「ファミリー・サポート・センター」をご存じですか？

ファミリー・サポート・センターは、子育ての手助けをしてほしい人(依頼会員)とお手伝いできる人(協力会員)の会員組織です。「少しの間、子どもを預かってほしい」など、子育てに関するお困りごとがありましたら、ぜひご相談ください。



※お手伝いしてくださる「協力会員」を随時募集しています！詳細は暮らしのひろば14☎をご覧ください

援助内容

- ・一時預かり(仕事の都合や育児から離れてリフレッシュしたい時[※])
- ・送迎(保育施設や学校への送迎[※])

援助の依頼方法

- ①会員登録の講習会を受ける
 - ②援助が必要な時にセンターに申込み
 - ③④センターは協力会員を選考し、依頼会員へ紹介
 - ⑤依頼会員と協力会員とセンター職員が援助内容などについて打合せを実施
 - ⑥援助終了後、依頼会員は協力会員に利用料(800～1,000円/1時間)を支払い
- ※利用料に対する補助制度があります。詳しくは市ホームページをご確認ください



(HP1003459)

問合せ とよたファミリー・サポート・センター(☎37・7135、FAX37・7072、✉fami-sapo@city.toyota.aichi.jp)