



講座・教室

子育てサポーター養成講座

安中市ファミリー・サポート・センターで開催している子育てサポーター養成講座を今年度も開催します。全10講座からなる講座で、1講座からでも参加できます。内容・時間割などの詳細はお問い合わせください。

日程▼

5月12日(木)・13日(金)
6月1日(水)・2日(木)
時間▼午前9時30分～

(10分前にはご着席ください)

会場▼

あんなかスマイルパーク 多目的室
(原市1990-1)

※新型コロナウイルスなどの影響で、中止になる場合があります

問合せ▼

安中市ファミリー・サポート・センター
(☎080-7718-1467)
(水曜除く平日午前9時～午後5時・土曜午前9時～午後3時)
Mail: Annaka-hidamari@kem.biglo.be.ne.jp

手話言語条例制定から5年目を迎えます

市は、平成29年9月に制定した手話言語条例に基づいて、手話への理解を普及させるためさまざまな取り組みを行っています。

今回はその中のひとつ、手話講座を紹介します。

講座では聴覚障害のある「ろう講師」が手話を表し、それを手話通訳が読み取り受講生に言葉で伝えます。受講生は覚えた手話や身振りなどを、ろう講師とコミュニケーションをとることで手話を身につけていきます。



今後も手話講座などを通じて、市民が共に生きる地域社会の実現を目指していきます。

※広報あんなか5月1日号から手話コーナーの連載が始まります

問合せ▶☎福祉課障害福祉係(☎内線1154)



健康

健康通信

今年度を迎える4月、環境が変わる人は多いのではないのでしょうか。このような時期は、心と身体にも変化が起きやすくなります。

睡眠は心と身体の健康を守るために大切な要素です。忙しいと睡眠時間が短くなることもあります。睡眠の質が良くなるような工夫を心がけましょう。

その一つが入浴です。就寝前に一時的に体温を上げ、就寝時に体温が下が

ることで質の良い睡眠となります。

入浴のタイミングは就寝の2～3時間前が理想です。自分の体調や好みに合わせて温度などを調整しましょう。

問合せ▼

☎健康づくり課予防係
(☎内線1172)



新型コロナワクチンの小児(5～11歳)接種医療機関の追加について

4月から、アミヤ医院を追加した次の医療機関で、新型コロナワクチンの小児(5～11歳)接種を行います。

医療機関名	住所(電話番号)
アミヤ医院	原市1431-3(☎385-1511)
おにかた医院	下後閑1635(☎385-1351)
ながしま小児科	下磯部1019-1(☎382-6063)
藤巻医院	松井田町松井田556 (☎393-1324)

(50音順) (3月14日時点)

なお、接種は強制ではなく、希望される人のみが受けることができます。

※接種日などは、各医療機関へお問い合わせください

※接種に関する詳細は、市ホームページをご確認ください



問合せ▶

☎健康づくり課ワクチン接種対策室(☎内線1640)