

2月は大和川水質改善強化月間です

大和川水環境協議会では、水質が悪化しやすくなる2月を「大和川水質改善強化月間」としています。水質悪化の主な原因は生活排水の汚れです。下記の工夫などで、生活排水の汚れを減らすことができます。きれいな大和川のために、みなさまのご協力をお願いします。

- ①食器や調理器具は汚れを拭き取ってから洗いましょう。
- ②石けんやシャンプー、洗剤類は使いすぎないように気をつけましょう。
- ③食べ残しや野菜クズ等の生ごみは下水に流さないようにしましょう。
- ④食用油は使い切るか、新聞紙にしみこませるなどしてゴミとして出しましょう。

◆市では、家庭から出た食用廃油の回収を行っています
日時＝毎月第4水曜（祝日の場合は第3水曜）9時～15時

場所＝中央公民館（三の丸会館）体育館側駐車場
問合せ＝環境政策課（内線572）

もの忘れ相談会 （相談無料・要申込）

もの忘れ相談プログラム（タッチパネルパソコン）を使った認知症のセルフチェック型テストができます。チェック後に地域包括支援センター職員がもの忘れや認知症についての相談をお受けします。

日時＝3月12日（火）14時～16時30分
場所＝市民交流館 2階多目的ルーム
定員＝4人（1人30分程度）
申込・問合せ＝第四地域包括支援センター（☎51-0700・☎51-0710）

シニアのためのスマホ講座 （参加無料）

基本操作や日常生活で活用できるツールの利用方法、LINEや認知症予防アプリの登録、活用等を学びます。

日時＝2月15日（木）①10時～、②11時30分～（各回60分程度）
対象・定員＝市内在住の概ね65歳以上の人、各回20人（定員を超えた場合は2月9日（金）に抽選し、当選者に9日中にメールで通知します。）

場所＝DMG MORI やまと郡山城ホール 展示室
申込・問合せ＝ハガキに、名前・住所・年齢・電話番号（携帯）・メールアドレス・希望する時間の番号（応募できるのはいずれか1回のみ）を記載し、2月8日（木）必着で地域包括ケア推進課（内線512・513）へ

認知症の人への声のかけ方を学ぼう

認知症の人への接し方について、学ぶ講座です。

日時＝2月16日（金）10時30分～11時10分
場所＝DMG MORI やまと郡山城ホール 展示室
定員＝15人
申込・問合せ＝2月13日（火）までに第二地域包括支援センターへ（☎55-7011）

音楽で心もリフレッシュ！（音楽療法）

音楽で脳を活性化することにより、認知症予防につながります。

日時＝2月16日（金）13時30分～14時20分
場所＝DMG MORI やまと郡山城ホール 展示室
講師＝川西 明代さん（日本ミュージック・ケア協会 認定音楽療法士）
対象・定員＝市内在住の65歳以上の人、15人
申込・問合せ＝2月9日（金）までに地域包括支援センターへ（☎55-7733）