



“いきいき元気づくりセミナー” 受講生募集



健康づくりに興味のある人参加してみませんか?!

いきいき元気を毎日を送るための**基本的な食事・運動の方法**など、健康づくりについて学習するセミナーです。毎月1回テーマを決めて栄養士、運動指導士、歯科衛生士、保健師などにより楽しく学習をすすめます。

1年間受講された後は和水平食生活改善推進員(食のボランティア)としていろいろな場での活動もできます。

年間スケジュール

とき/6月22日(水) 午前9時30分 ～午後1時	ところ/中央公民館 自分の今の現状は?! 血圧測定など(調理実習)	とき/10月26日(水) 午前9時30分 ～11時30分	ところ/中央公民館 生活習慣病を予防する運動
とき/7月27日(水) 午前9時30分 ～午後1時	ところ/三加和公民館 バランスのとれた食事を知ろう (調理実習)	とき/11月16日(水) 午前9時30分 ～午後1時	ところ/三加和公民館 食べ物の行方(調理実習)
とき/8月24日(水) 午前9時30分 ～午後1時	ところ/中央公民館 歯について考えよう(調理実習)	とき/1月25日(水) 午前9時30分 ～午後1時	ところ/中央公民館 献立作成(調理実習)
とき/9月28日(水) 午前9時30分 ～午後1時	ところ/三加和公民館 自分にあった食事量を知ろう (調理実習)	とき/2月22日(水) 午前9時30分 ～午後1時	ところ/三加和公民館 自分の体再点検!(調理実習)

※ご希望の方は下記へお申し込みください!

問い合わせ・申し込み先 本庁 健康福祉課 保健予防係 ☎0968・86・5724
総合支所 福祉課 健康支援係 ☎0968・34・3111 (内線762)

申込期限
6月3日(金)

6月からロマン館で 「お茶の間筋トレ教室」が始まります!

介護予防教室「お茶の間筋トレ教室」が、ロマン館でも始まります。ストレッチや簡単な体操、レクリエーションを中心とした楽しい教室です。足腰に自信がなくなってきた人、「自分は元気だから大丈夫」という人も、いくつかになっても若々しく、自分らしく暮らせるように参加しませんか!

と き 毎週木曜日 午後1時30分～3時30分

と ころ ロマン館2階 広間

参加対象 65歳以上の人

参加費 無 料

持 参 物 動きやすい服装、飲み物、タオル

送 迎 ロマン館定期巡回バスが利用できます。(菊水東地区ルート) ※ただし、人数の制限があります。

申込期限 5月20日(金)



問い合わせ・申し込み先 本庁 健康福祉課 地域包括支援センター係 ☎0968・86・5724

平成23年9月から高校生までの 医療費助成をはじめます!!

少子化対策の一環として、現在中学3年生までの子どもたちを対象に医療費の助成を行っています。平成23年9月より対象年齢を高校3年生(18歳到達後の最初の3月31日まで有効)までに引き上げ、事業名も和水平子ども医療費助成事業と変更し助成します。

高校生を対象とする期間は、平成23年9月から平成26年3月31日までです。

高校生の子どものさんがおられる世帯は、新たに申請の手続きが必要となります。

申請方法など、詳細については、今後広報紙などでお知らせします。

●助成対象の医療費 平成23年9月1日からの医療費

問い合わせ先 本庁 健康福祉課 子ども家庭係 ☎0968・86・5724
総合支所 福祉課 地域福祉係 ☎0968・34・3111 (内線761)

お気軽にご相談ください!

特別児童扶養手当・特別障害者手当・ 障害児福祉手当のお知らせ

特別児童扶養手当

20歳未満で身体・知的・精神に中度以上の障がいがあるお子さんを養育されている父母、または両親に代わって養育されている人に対して支給される制度です。(所得による支給制限があります。)

特別障害者手当

20歳以上で身体・知的・精神に著しく重度の障がいがあり、日常生活に常に特別の介護を必要とする人に対して支給される制度です。ただし、身体障害者福祉法などに定める施設に入所されている人、病院または診療所に3ヶ月を超えて入院されている人には支給されません。(所得による支給制限があります。)

障害児福祉手当

20歳未満で身体・知的・精神に重度の障がいがあり、日常生活に常に介護を必要とする人に対して支給される制度です。ただし、身体障害者福祉法などに定める施設に入所されている人、障がいを支給事由とする年金を受給されている人には支給されません。(所得による支給制限があります。)

問い合わせ先 本庁 健康福祉課 障がい福祉係 ☎0968・86・5724
総合支所 福祉課 地域福祉係 ☎0968・34・3111 (内線761)