

目次・トピックス

暮らしの情報 2 ~ 6
 就学援助制度・奨学金制度
 公共物の管理者が変更
 「痴呆 かば 認知症」へ
 緊急ショートステイを始めました
 市民の情報 6
 相談案内 7

お知らせ版 2005. 2.25

みんなで伸ばそう健康寿命

ちよきん

コツコツ貯筋倶楽部の参加者を募集

年を重ねても寝たきりにならず、自分らしい生活を送れるようにしたいものです。そのためには、日ごろの健康管理が大切です。普通の貯金は使えばなくなりませんが、コツコツ貯筋は使うほど貯まっていきます。皆さん、いつまでも自分の足で歩くために仲間と一緒にコツコツ貯筋をしてみませんか。

よろけやすい、転びやすい方
 いつまでも自分の足で歩きたい方
 なかなか外に出る機会のない方

コツコツ貯筋倶楽部の活動

活動内容は、体力測定、体操、筋力トレーニング、レクリエーション、太極拳など自宅でもできる体力強化の方法を楽しみながら身につけていきます。
 開催日時 4月5日、7月5日の毎週

火・木曜日と8月5日、9月2日、10月7日の金曜日、13時30分～15時30分全28回)

対象40歳以上で過去に参加したことがない、次のいずれかに該当する方。ただし、医師から運動を制限されている方は参加できません。事前審査があります
 介護保険で要支援認定を受けている
 要介護認定はされていないが軽い障害や病気がある

よろけて骨折したことがある
 機能訓練を受ける機会がない
 掛かりつけの医師による許可(診療情報提供書)が必要です。自力で通うことが困難な方には送迎があります
 定員15名
 持参品運動しやすい服装・靴

申込み3月18日 までに電話で保健センターへ 2959 5811

狭山市・人間市合併協議会を廃止

1月30日、狭山市が人間市と合併することの是非について市民の意思を確認する住民投票が行われ、反対が賛成を上回る結果になりました。

その結果を基に、2月3日の合併協議会の審議を経て、同月17

日の第1回狭山市議会臨時会で狭山市・人間市合併協議会を廃止する議案が可決されました。

平成16年2月1日に設置した合併協議会を3月15日をもって廃止することとしました。

問合せ政策企画課へ内線7132