

介護予防教室に参加してみませんか

今は元気だから介護予防なんて必要ないと思いませんか。いつまでも生き生きと楽しく過ごすためには、元気なときから予防することが大切です。

市では、5つの介護予防教室を開設しました。ぜひご参加ください。



ながちか体操の様子

ながちか(長親)体操

ストレッチ体操、筋力アップ体操、リズム体操、口の体操の4つの動きで構成された行田オリジナルの体操

期 日	開始時間	場 所
6月5日(水)	午前10時	地域文化センター
6月6日(木)	午後2時	佐間公民館
6月13日(木)	午前10時	持田公民館
6月14日(金)		埼玉公民館
6月18日(火)		忍・行田公民館
7月3日(水)		星宮公民館
7月10日(水)		長野公民館

実践！お手軽運動教室

家庭でも手軽に実践できるストレッチと筋力トレーニング

期 日	開始時間	場 所
6月13日(木)	午後2時	下忍公民館
6月18日(火)	午前10時30分	須加公民館
6月27日(木)	午後2時	北河原公民館
7月5日(金)	午前10時	太田公民館
7月12日(金)	午前10時	持田公民館

毎日のケアが大切！口内ピカピカ教室

口腔ケアについて(かむ力、飲み込む力について)

期 日	開始時間	場 所
6月19日(水)	午前10時	太井公民館
6月26日(水)		地域文化センター

脳をいっぱい使おう！

認知症予防の脳トレーニング

期 日	開始時間	場 所
6月19日(水)	午前10時	荒木公民館
6月26日(水)		南河原公民館
6月28日(金)		前谷農村センター
7月3日(水)		地域文化センター
7月11日(木)	午後2時	下忍公民館

おいしく楽しくバランスよく食べよう！

高齢者が陥りやすい栄養の偏り度をチェック

期 日	開始時間	場 所
7月4日(木)	午前9時30分	佐間公民館
7月10日(水)	午前10時	南河原公民館

- ▶対象 市内在住の65歳以上の方
- ▶その他 日時が合えば、どの会場でも参加できます。
- ▶問い合わせ 高齢者福祉課地域支援担当(内線278)



- ▼日時 5月22日～10月16日の毎週水曜日 午後1時30分～4時のうち1時間程度
- ▼場所 総合福祉会館「やすらぎの里」
- ▼内容 学習期間中、学習教室への参加および毎日10分程度の自宅学習を通して、認知症予防に効果があるとされる読み書き(音読)や簡単な計算などを学習する
- ▼対象 65歳以上の方
- ▼定員 10人程度(先着順)
- ▼参加費 1回につき200円(教材費・おやつ代)、送迎代270円(希望者のみ)
- ▼その他 申し込み後、担当地区の地域包括支援センターから体の様子などを確認するため、連絡します。
- ▼申し込み・問い合わせ 5月17日(金)までに直接または電話で高齢者福祉課地域支援担当(内線278)

読み書き・計算で脳の健康維持(認知機能低下予防)・増進を！
「脳いきいき達人塾」参加者募集

市民活動やる気応援助成制度がスタート

地域のために活動するNPOやボランティア、自治会など、市民の「やる気」を応援するため、助成金を交付します。

この助成金は、「新たな取組応援事業」と「スタート応援事業」の2種類あり、これから活動を始める、あるいは活動を始めたばかりのNPO法人などの基盤整備にも交付します。

	新たな取組応援事業	スタート応援事業
対象団体	10人以上で構成され、市内に主たる事務所を置くNPOもしくは地域活動団体	市内に主たる事務所を置くNPO法人で、設立後3年以内または助成金申請後1年以内にNPO法人格の取得を予定している団体
対象事業	新たに取組む事業で、次に掲げるいずれかの事業に該当するもの ・子育て、教育、福祉などの“ひとの元気”事業 ・支え合い、防犯、防災などの“地域の元気”事業 ・観光、国際、環境、文化、歴史などの“まちの元気”事業	活動開始期における広報活動、人材育成、備品購入などの基盤整備事業
対象経費	事業に直接的に要する経費 次に掲げる経費は、助成金の対象外となります。 ・団体の事務費などの経常的経費 ・団体の事務所などを維持するための経費 ・団体の構成員による飲食費、交通費および宿泊費 ・団体の構成員に対する人件費および謝礼 ・その他助成することが適当でないと認められる経費	活動開始期の基盤整備に要する経費
助成率	10分の9	
上限額	100,000円	50,000円
対象期間	助成を実施する当該年度の交付決定日から同年度2月末日まで	
交付制限	1団体につき1年度1事業	1団体につき1回のみ

▶申請方法

助成金の交付を希望する団体は、事業提案をしていただき、採択されてから助成金の申請をしてください。

▶提案受付方法

地域づくり支援課で配布している提案書(市ホームページよりダウンロード可)に必要な事項を記入し、各種書類を添付の上、持参、郵送、Eメールのいずれかの方法で提出してください。

【持参・郵送】〒361-8601 行田市本丸2-5 行田市地域づくり支援課

【Eメール】chiikizukuri@city.gyoda.lg.jp

▶採択事業の決定

行田市市民公益活動推進委員会による審査を行い、可否を決定します。また、審査結果については、全ての団体に通知します。

▶問い合わせ 同課協働推進担当(内線253)

行田市男女共同参画推進審議会委員を募集します

市では、平成24年度から33年度までの10年間を計画期間とする「第3次ぎょうだ男女共同参画プラン」を策定しました。このたび、同プランの達成状況を評価するとともに、男女共同参画の推進に関する重要事項について調査および審議していただく委員を募集します。

▼応募資格 平成25年4月1日現在、満18歳以上の市内在住、在勤、在学の方で、平日昼間の会議(年3回程度)に出席できる方。なお、次に該当する方は応募できません。

(1) 応募日現在、本市の他の付属機関などの委員となっている方
(2) 市職員および市議会議員

▼募集人数 3人

▼任期 7月25日から2年間

▼応募方法 住所、氏名、年齢、性別、電話番号、応募理由(2000字程度)を記入したA4用紙(縦)を、5月31日(金)(必着)までに持参、郵送、FAX、Eメールのいずれかの方法で提出してください。【持参・郵送】〒361-0032 行田市佐間3-23-16 行田市男女共同参画推進センターVIVAぎょうだ【FAX】556-9310【Eメール】VIVA@PVA.city.gyoda.lg.jp

▼選考方法 書類選考の上決定し、結果は全員に通知します。

▼問い合わせ VIVAぎょうだ ☎556-9301