

体力づくりで介護予防 ～フィットネスクラブ提携事業～ **チャレンジ・ザ・ジム!**

年齢を重ねるごとに体力や身体機能は少しずつ低下していきます。元気な状態を長く維持するためには、体を動かし、自分に合った運動習慣をもつことが大切です。

「チャレンジ・ザ・ジム!」では、高齢者でも自分らしく運動習慣を身に付けることができます。フィットネスクラブへ通う自信やきっかけがなかった方も、この機会にチャレンジしてみませんか。

クラブ名	所在地	設備	特徴
スポーツフィールド行田	緑町8-8	ジム、プール、スタジオ	サウナやジャグジー、無料のコーヒーが飲めるラウンジを完備しています。目的に合わせたジムプログラムもあります。
コナミスポーツクラブ行田	持田1-4-56	ジム、プール、スタジオ	施設内がワンフロアのため高低差がなく、スタジオ・プール共に初めての方でも参加しやすいプログラムを設定しています。

▶実施期間 平成31年1月4日(金)～3月31日(日)

▶内容 一覧の中からフィットネスクラブを選択し、期間中に12回通い、運動メニューなどを実施します。

▶対象

- ・市内在住の65歳以上の方
- ・医師から運動制限を受けていない方
- ・介護保険料の滞納のない方
- ・当該事業に一度も参加したことがない方

▶定員 50人(先着順)

▶自己負担額 3,600円(1回300円×12回分)

▶申し込み・問い合わせ 11月19日(月)から直接高齢者福祉課地域包括ケア担当(内線278)



特定健診未受診者の方へ 電話での受診案内を実施します

行田市国民健康保険に加入中の方を対象に、特定健康診査(特定健診)がお済みでない方に対して勧奨の電話を行います。特定健診をより多くの方に受診していただくために、現在受診されていない方に対しての電話勧奨を11月から行います。

▶電話勧奨委託業者 株式会社ニチイ学館

▶電話番号 0120-216-461

▶注意

- ・電話の際、金銭の振り込みなどを依頼することはありません。受診済みの方、または行田市国民健康保険の被保険者でなくなった方について行き違いが生じた場合は、ご容赦ください。
- ・特定健康診査と市の補助を受ける人間ドック(併診ドック)の両方を受診することはできません。

職場健診を受診した方へ

国民健康保険加入中の方で、受診結果を提供していただいた方に、粗品を差し上げます。ただし、市の特定健康診査と同じ検査項目を含んでいるものに限り、期間内に受診した職場健診の結果、国民健康保険証、受診券を同課へお持ちください。

▶問い合わせ 保険年金課国保担当(内線271・272)

行田市国民健康保険運営協議会の 委員を募集します

市では、国民健康保険事業の運営に関する重要事項を審議するため、行田市国民健康保険運営協議会を設置しています。このたび、現委員の任期が満了となることから、被保険者(加入者)の意見を反映させることを目的として、被保険者を代表する委員を次のとおり募集します。

▶応募資格 行田市国民健康保険被保険者の資格を有し、属する世帯の国民健康保険税に滞納がない満20歳以上の方で、平日昼間の会議(年4回程度)に出席できる方。

ただし、次に該当する方は応募できません。

- (1)既に本市の他の審議会などの委員になっている方
- (2)市職員および市議会議員

▶募集人数 1人

▶任期 平成31年1月1日から3年間

▶応募方法 住所、氏名、年齢、性別、職業、電話番号、応募理由および市の国民健康保険に対する考え(800字程度)を記入した書類(様式自由)を持参または郵送により提出してください。

▶申し込み 〒361-8601 行田市本丸2-1-5 行田市役所保険年金課内「国保運営協議会の委員募集」係

▶締め切り 11月21日(水)必着

▶選考方法 書類審査により行い、結果は全員に通知します。なお、応募書類は返却しません。

▶問い合わせ 同課国保担当(内線273)

工藤市長がご長寿の方々に 表敬訪問しました

平成30年度に100歳を迎えられる19人の皆さんの中から、3人の方を工藤市長が表敬訪問し、国から預かった内閣総理大臣の祝い状および銀林とともに、市からの記念品をお届けし、長寿を祝福しました。

皆さんお元気で、思い出や長生きの秘訣など、数多くの話を伺うことができました。

▶問い合わせ 高齢者福祉課高齢福祉担当(内線225)



須永 イチ さん



横山 清子 さん



小林 義雄 さん

第5回認知症フォーラム 「老いの精神医学—脳とこころ—」

▶日時 11月10日(土)午後2時45分～5時

▶場所 熊谷文化創造館さくらめいと月のホール(熊谷市拾六間111-1)

▶内容 天野直二さん(岡谷市民病院院長)による講演「老いの精神医学—脳とこころ—」

▶定員 200人(先着順)

▶入場料 無料

▶主催 公益財団法人西熊谷病院(埼玉県認知症疾患医療センター)

▶後援 行田市

▶問い合わせ 同病院 ☎599-0930

高齢者カラオケ教室(秋コース)

▶日時 11月28日～12月19日の毎週水曜日(全4回)午前9時30分～11時30分

▶場所 総合福祉会館「やすらぎの里」第2研修室

▶対象 市内在住でおおむね65歳以上の方(年度内65歳可)※夏コース参加者を除く

▶定員 35人(申し込み多数の場合は抽選)

▶参加費 無料

▶持ち物 筆記用具、飲み物

▶申し込み・問い合わせ 11月14日(水)午後5時までに電話または直接行田市社会福祉協議会 ☎557-5400

行田市デマンドタクシー事業の 指定乗降場所を募集します

平成31年度の「行田市デマンドタクシー」指定乗降場所の更新に伴い、新たに指定乗降場所の登録を希望する店舗・事業所などを募集します。なお、指定乗降場所に登録されるのは、平成31年4月1日からです。

▶募集分類 A医療機関、B鍼灸・接骨・整骨院、C福祉施設(高齢者)、D福祉施設(障害者)、E商業施設・店舗など、F金融機関、Lその他

▶登録条件 市内に店舗・事業所などが所在していること

▶申し込み 地域づくり支援課で配布している「指定乗降場所登録申請書」(市ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入の上、12月28日(金)までに直接同課へ提出してください。ただし、申し込みできるのは、店舗・事業所などの代表者(責任者)に限ります。

▶問い合わせ 同課くらし安心担当(内線252)

