平成26年度いきいきセミナー　4月開講　受講生募集!!

	週	曜日	時　間	講　座　名	内　容	定員
1	第1・第3	月曜	13：15～14：45	元気スポーツ	ショートテニスを中心にレクスポーツを楽しもう	20
2		火曜	10：00～11：30	楽しい書道	心穏やかに。書に親しむ時間を持ちませんか	15
3			13：30～15：00	Let'sダンス	Joy!Joy!いつまでも明るく元気に踊りましょう	20
4		水曜	10：00～11：30	はつらつくらす（60歳からの健康向上教室）	軽い運動の組み合わせなのに心地よい充実感!	20
5		木曜	10：30～12：00	教えてパソコン	基礎の操作をゆっくり勉強します。持込可能	15
6			13：30～15：00	始めようデジカメ	オートで撮影するだけではもったいない	15
7		金曜	10：00～11：30	手作り革雑貨（革雑貨とソックモンキー）	洋裁感覚で作る革雑貨とかわいいソックモンキー	15
8	第2・第4	月曜	10：00～11：30	新 ちぎり絵	ふだん使いの小物づくりから始めましょう	15
9			13：30～15：00	体を整える（体幹・ココモトレーニング）	パフォーマンス（姿勢・バランス・柔軟性）向上に	20
10		火曜	10：00～11：30	新 楽しく動こう（75歳からのらくらく運動）	これからも元気に過ごすための体力づくりを	15
11			13：30～15：00	24式太極拳	ゆっくりした動作で呼吸と気を整えましょう	20
12		水曜	10：00～11：30	フォークダンス	いろんな国の音楽にあわせて踊りましょう	20
13		木曜	10：00～12：30（試食の時間を含む）	料理教室　おうちごはん	栄養のバランスを考えた料理を簡単調理	13
14		金曜	10：00～12：30（試食の時間を含む）	料理教室　男のごはん	男性限定。料理の基本から始めましょう	13

※初心者を対象とした講座です。
※過去に受講歴のある講座は再度受講できません。
※「男のごはん」は過去に2回以上調理を受講した人は今回受講できません。
※「パソコン」「デジカメ」は自宅にパソコンを用意できる人
※定員を大きく下回る場合は開講できません。
※都合により開講日時を変更する場合があります。
※新は新規講座です。

外出支援（送迎）サービスがあります

対象者　いきいきセミナーやいきいきサロンに参加するにあたり自身で外出が困難で、家族が送迎できない人
内　容　送迎用車両で自宅と会場を送迎します。
委託先　稲美町社会福祉協議会
申込み　役場に申込み後、社協による訪問調査を行い、利用の可否を決定します。

期　間　平成26年４月 ～ 平成27年３月
会　場　いきがい創造センターほか町内施設（講座により会場が異なります）
対　象　稲美町在住の60歳以上の人（昭和29．３．31生まれ以前）
障害者手帳をお持ちの場合50歳以上の人（昭和39．３．31生まれ以前）

受講料　年間6,000円（返金不可・教材費自己負担）
町民税非課税世帯の人は受講料免除（受講決定後窓口での申請が必要です）
受講について　１人あたり１講座　※希望者多数の場合は抽選します。
申込方法　健康福祉課窓口で１講座のみ申し込んでください。または、はがきに住所・氏名・電話番号
生年月日・希望講座名・これまでの受講歴・外出支援サービス希望の有無を明記のうえ、
〒675-1115　稲美町国岡１－１ 稲美町健康福祉課　いきいきセミナー係まで郵送してください。
締切日　平成26年１月20日（月）必着
問合先　健康福祉課　地域包括支援センター　☎４９２－９１５０

兵庫ゆずりあい駐車場制度をご利用ください

障害のある方などのための駐車スペースを適正に利用していただくため、兵庫県が利用証を交付する制度です。

○対象駐車施設
兵庫県に登録している「兵庫ゆずりあい駐車場」の標示がある駐車区画

○交付対象者
身体障害者、知的障害者、精神障害者、難病患者、高齢者、妊産婦、傷病人等で歩行が困難な人

○交付窓口
加古川健康福祉事務所　地域福祉課
住所：加古川市加古川町寺家町天神木97－１
電話：０７９－４２１－９１１８
※詳しくは、兵庫県のホームページ（http://web. pref.hyogo.lg.jp）をご覧ください。

○問合先
兵庫県健康福祉部障害福祉局障害者支援課
TEL ０７８－３６２－４３７９
FAX ０７８－３６２－９０４０
eメール shogaishashien@pref.hyogo.lg.jp

老人医療費助成制度　～申請はお済みですか～

65歳から69歳までの人で、下記の該当条件を満たす場合は、老人医療費助成制度の対象となります。助成を受けるためには、申請手続きが必要です。
該当する人でまだ申請していない場合は、手続きをしてください。

▶老人医療費助成制度の該当条件と助成内容

老人医療の自己負担割合は、低所得者Ⅱの人は2割、低所得者Ⅰの人は1割です。

区　分	該当条件	負担割合	自己負担限度額／月	
			個人外来	入院＋外来
低所得者Ⅱ	世帯非課税で、かつ、年金収入を加えた所得が80万円以下の人	２割	8,000円	24,600円
低所得者Ⅰ	世帯非課税で世帯全員の所得が０円の人 ※年金収入のみの場合は80万円以下	１割		15,000円

※部屋代やおむつ代等は医療費に含みません。
※世帯非課税とは、世帯内の全員について市町村民税が課税されていないことです。

▶申請手続きについて

☆申請に必要なもの　・健康保険証
・印かん（シャチハタ等のスタンプ印以外）
☆申請・問合先　地域福祉課福祉係　☎492-9136

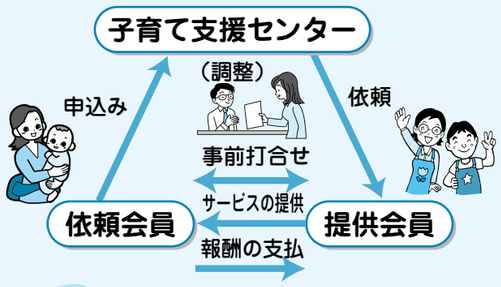
赤十字健康生活支援講習・支援員養成講習　参加者募集

高齢化が進み、寝たきりになる人が増えています。
高齢者の健康管理や介護方法、地域での高齢者支援などについて学びませんか。

と　き　平成26年１月27日（月）・28日（火）
９：30～17：00（昼食は用意します）
（半日単位での参加可能）
ところ　稲美町立コニュニティセンター　ホール
（役場新館４階）
参加資格　15歳以上の人
定　員　20人（先着順）　**参加費**　無料
主　催　日本赤十字社兵庫県支部・稲美町分区
申込期間　12月９日（月）～平成26年１月10日（金）
８：30～17：15
（ただし、12月28日(土)から１月５日(日)までの年末年始の期間と土・日、祝祭日は除く）
申込先　地域福祉課福祉係　☎492-9136
※申し込みは、定員になり次第締め切ります。
※全課程修了者には受講証、検定合格者には健康生活支援講習支援員認定証（３年間有効）を交付します。

ファミリー・サポートってな～に？

“子育ての手助けをしてほしい人”と“子育てのお手伝いをしたい人”がお互いに会員になって地域で助け合う組織です。安心していきいき子育てができる子育て応援ネットワークに参加しませんか？



対　象
依頼会員　町内に住んでいるか勤務している、おおむね生後６カ月から小学校３年生までの子どもがいる人
提供会員　町内に住み、心身ともに健康で、自宅で子どもを預かることができる人

料　金

時間帯／曜日	子ども1人当たり(1時間)
月～金(7:00～18:00)	500円
月～金　夜間(18:00～20:00)	600円
土、日、祝日、年末年始	600円

登録方法
依頼会員　子育て支援センターにて随時受け付けます。
提供会員　「提供会員講習会」などを受講後、登録手続を行います。

必要なもの
◎印かん
◎親子写真（依頼会員のみ）
※登録料は無料です。

申込・問合先
子育て支援センター（いきがい創造センター内）　☎492-9090
地域福祉課児童福祉係　☎492-9136