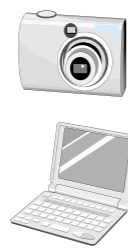


平成27年度いきいきセミナー 4月開講 受講生募集!!

週	曜日	時間	講座名	内容	定員
1	月曜	9:30~11:00	ちぎり絵	色の和紙をちぎって貼っていきます。水彩画のようできて優しい風合いです。	15
2		13:15~14:45	新 ショートテニス	楽しく基礎から始めましょう。ラケットなどはこちらで用意します。8月休み(別月に振り替えます)	20
3	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。最後に作品を仕上げます。	15
4		13:30~15:00	新 ダンスサイズ(ダンス&エクササイズ)	音楽に合わせてダンスしながら筋力をつけたり柔軟性を高めます。	20
5	水曜	10:00~11:30	新 はつらつ60(60歳からの健康向上教室)	健康を保つには日々の運動が大切です。みんなで一緒にがんばりましょう。	20
6		10:30~12:00	新 パソコン8.1クラス	Windows8.1(office2007~2013)を勉強しましょう。タイルなど楽しいアイテムがいっぱい。	15
7	木曜	10:30~12:00	始めようデジカメ	四季を感じ写真に残しましょう。オート撮影では表せないデジカメのいろはを勉強しませんか。	15
8		13:30~15:00	新 はつらつ70(激しい運動がきつと感じる人に)	運動する人とならない人の差がでるところです。さあ、気付いたときから始めましょう。	20
9	月曜	10:00~11:30	新 はつらつ80(まだまだ元気に動きましょう)	これからも長く元気に過ごすための体力をつくる講座です。ゆっくり動きましょう。	15
10		13:30~15:00	体を整える(体幹・ロコモトレーニング)	パフォーマンス(姿勢・バランス・柔軟性)を向上させ、楽しく着実に体をケアしましょう。	20
11	火曜	10:00~11:30	新 ふるさとの歴史発見(身近な播磨稲美近郊のこれまで)	私たちの住む稲美やまわりの地は昔どうだったのでしょうか。楽しく歴史に触れましょう。	15
12		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。一年で24式を学びます。	20
13	水曜	10:00~11:30	新 レクダンス(レクリエーション・ダンス)	難しく考えずに輪になって踊りましょう。楽しい有酸素運動になりますよ。	20
14		10:00~12:30(試食の時間を含む)	料理教室 男のごはん	「男子厨房に入らず」なんて古い!料理は経験の積み重ねです。まずは基礎を知りましょう。	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。
- ※「パソコン8.1クラス」はWindows8.1(office2007~2013)のパソコンを用意してください。
- ※「始めようデジカメ」はデジカメを持参でき、自宅にパソコン(Windows7~8.1)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・場所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あり、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27年4月～平成28年3月

会場 いきがい創造センター他町内施設(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(S30.3.31生まれ以前)
身体障害者手帳をお持ちの場合50歳以上の人(S40.3.31生まれ以前)

受講料 年間6,000円(返金不可・教材費自己負担)
町内に住所を有する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 ひとり1講座 ※希望者多数の場合は抽選します。

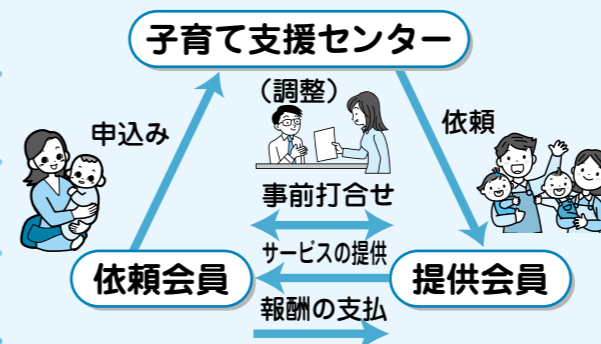
申込方法 健康福祉課窓口で1講座のみ申し込んでください。または、はがきに住所・氏名・電話番号・生年月日・希望講座名・これまでの受講歴・外出支援サービス希望の有無を明記のうえ、〒675-1115 稲美町国岡1-1 稲美町健康福祉課 いきいきセミナー係まで郵送してください。

受付期間 12月1日(月)～平成27年1月20日(火) 必着

問合先 健康福祉課 地域包括係 ☎492-9150

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人で、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

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

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、登録手続きを行います。

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。



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27年2月4日(水)・5日(木)
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 いきがい創造センター1階
ワーキングルーム

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・稲美町分区分
申込期間 12月8日(月)～12月19日(金)
8:30～17:15

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。

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、傷病人等て歩行が困難な人
- 交付窓口** 加古川健康福祉事務所 生活福祉課
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、下表の該当条件を満たす場合は、老人医療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手続きをされていない場合は、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

誕生日によって老人医療の助成内容が異なります。

●誕生日が昭和24年6月30日以前の人

区分	該当条件	負担割合	自己負担限度額/月	
			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

●誕生日が昭和24年7月1日以降の人

区分	該当条件	負担割合	自己負担限度額/月	
			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	12,000円	35,400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		8,000円	15,000円

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)
※平成26年1月1日以降に転入された人、また、同じ世帯内に転入された人がいる場合は、平成26年度所得課税証明書の提出が別途必要です。

☆申請・問合先 地域福祉課福祉係 ☎492-9136