

募集

**シニア向け
運動教室に参加しませんか**

実施日	場所	教室のPRポイント	定員
平成31年 1月10日、17日、 24日、31日、 2月6日(休)、14日、 21日、28日、 3月14日、28日 基本毎週木曜日	社会福祉会館	表情、体型が美しくなる方法や今、話題の口腔機能(嚙下など)アップの体操	20人
平成31年 1月11日～3月22日 毎週金曜日 ※3月8日休み	錦田公民館	脳の活性化を図る体操やプログラムを行い、脳の機能が低下しやすい部分を鍛える	20人

時2 時間程度 (午後を予定)

内運動機能の維持・向上、口腔機能の向上、認知症を予防するための方法などについて学ぶ

対運動に支障がなく、通うことができる65歳以上の人
注▶年度内1人1教室のため、7月からと10月からの教室に参加された人は、申し込み不可▶応募多数時、昨年度未受講者を優先し抽選▶介護保険の認定者、事業対象者登録者は対象外▶健康状態により、お断わりする場合あり

申・問11月9日(金)までに地域包括ケア推進課 ☎983・2759

情報

**病気やけがで障がいを負ったら
障害基礎年金の受給を**

国民年金には、病気やけがによって障がいを負った場合に年金を受給できる制度があります。

対象 以下のすべてに該当する人

- ①障がいの原因となった病気やけがの初診日が、国民年金加入期間または20歳前もしくは60歳以上65歳未満の期間にある
- ②障がいの程度が国民年金法で定めた1級または2級に該当する
- ③保険料納付要件を満たしている

保険料納付要件 以下のどちらかに該当する人

- 初診日の前々月までの期間のうち、①3分の2以上の納付がある※この場合の納付とは、保険料を納めた期間と免除期間(一部免除の未納含まず)の合計月数のこと
- ②直近1年間に未納がない

※初診日が20歳前の場合は上記の納付要件は必要なし。老齢基礎年金を繰り上げ受給した場合は不可
問保険年金課国民年金係 ☎983・2606

募集

**11月は「子供・若者育成支援強調月間」
青少年の健全育成のために**

■青少年健全育成セミナー

時11月14日(水)午後3時～4時30分

場生涯学習センター3階講義室

内健全育成活動功労者の表彰、講演「いつでも、どのような子にも、ずっと寄り添う～子どもの遊び場、若者の居場所づくり～」、声掛け運動の実践(三島駅前)

講NPO法人ゆめ・まち・ねっと代表：渡部達也さん

申・問生涯学習課 ☎983・0883

■「地域の青少年声掛け運動」参加者募集(随時)

大人から進んであいさつする、ほめる、認める、感謝する一言から、青少年とのかかわりが深まります。

申生涯学習課 ☎983・0883 (随時募集)

■子供・若者にかかわる相談

さまざまな悩みを抱える青少年(25歳くらいまで)やその家族の相談を受け付けています。

相談先 青少年相談室 ☎983・0886

問生涯学習課 ☎983・0883

募集

**いろいろ体験してみよう
中学・高校生向けジュニアプラザ**

講座名	クリスマスケーキ講座	はじめてのボクシングエクササイズ	ラテアート講座
とき	11月25日(日) 午後1時30分～4時	12月2日(日) 午後2時～3時	12月15日(日) 午後1時30分～4時
ところ	生涯学習センター		
	料理講習室	多目的ホール	料理講習室
講師	石田浩隆さん	細谷悦代さん	高塚賀行さん
費用	500円	無料	500円
定員	15人	15人	15人
	応募多数時抽選、申込人数5人未満の場合は中止		
申込締切日	11月9日(金)	11月16日(金)	11月30日(金)

対市内在住または在学の中学生・高校生

申各締切日必着で、はがきまたはFAXに下の【基本事項】、性別、学校名、学年、希望する講座名(複数申込可)を記入し、生涯学習課ジュニアプラザ係、FAX 983・0870 ☎411・0035 大宮町1・8・38 QR

問生涯学習課 ☎983・0883



申込時の【基本事項】 ①事業名②郵便番号・住所③電話番号④参加者全員

の氏名(ふりがな)、人数、年齢、⑤返信用あて名(往復はがきの場合)

募集

自分にあった運動・スポーツを紹介

けんこう
健幸アンバサダー養成講座 & 健幸スポーツの駅

全国に増えています！健幸アンバサダーって？

身近にいる大切な人に、健康情報を口コミで伝える「伝道師」です。養成講座を受講した後、活動することができます。

時① 12月18日(火)午後1時～4時

② 12月19日(水)午前9時～正午

場①保健センター東館1階フロア

②社会福祉会館4階大会議室

内最新健康情報、心に届く情報の伝え方、筋トレ体験など

定① 50人② 100人

申・閏12月17日(月)までに、健康づくり課 ☎973・3700

健幸スポーツの駅できっとみつかる

あなたの健康状態やニーズに応じて最適なプログラムを「健幸コンシェルジュ」が市内にある約80の運動・スポーツ教室の中からご紹介します。

■健幸スポーツの駅は市内に7施設

	設置施設	電話番号
①	保健センター (南二日町8・35)	☎ 973・3700
②	市民体育館 (文教町2・10・57)	☎ 987・7570
③	県総合健康センター (谷田2276)	☎ 973・7000
④	みしま健幸塾 (中央町1・40)	☎ 955・9651
⑤	おひさま薬局 (萩283・3)	☎ 980・4646
⑥	カープス三島徳倉 (徳倉1・21・7 岩田ビル1階)	☎ 988・9095
⑦	カープス三島大社町 (大社町18・7 小林ビル1階)	☎ 976・3350

※開館時間は各施設へお問い合わせください

■運動・スポーツ教室を教えてください

市では、健幸スポーツの駅で紹介する運動・スポーツ教室を募集しています。

応募条件 定期的に活動し、未経験者でも受け入れている団体※詳細は、市ホームページ

申・閏11月30日(金)までに、健康づくり課 ☎973・3700

募集

子どもの育ちと子育てを応援します

子どもと一緒に地域を楽しもう！

ようこそ三島で子育て応援サロン

時11月2日(金)①午前10時～11時②午後1時～2時

場中郷文化プラザ子育て交流室

内子育て情報の案内、おしゃべりしながら親子で交流など

対転入1年以内で未就園児のいる家庭、または産後まもない子どもがいる家庭

定各回先着10組

申・閏10月22日(月)から子育て支援課 ☎983・2712

子育て支援センターに行ってみよう！

センター名	とき	内容	定員
①宮さんの社 (大宮町2・2・11)	10月30日(火) 午前10時30分～正午	ハロウィンの簡単クッキング	5人
②ハッピーランド (本町タワー4階本町子育て支援センター)	11月9日(金) 午前10時～11時30分	親子ヨガ(プレママはベビー人形使用)	20人

対市内在住の妊婦、産後まもない親子

申・閏① 10月25日(木)② 11月2日(金)までに
子育て支援課 ☎983・2712

三島大通り商店街「子ども・子育て応援ツアー」

時①11月8日(木)②11月22日(木)午後1時30分～3時30分

内市役所本館(集合)→中央町・小中島・大中島の個店を散策→Via701:おしゃべり会(解散)

費500円※お茶とお楽しみ券付き

対・定未就園児とその保護者・各回先着10組

申・閏10月22日(月)から Via701 ☎976・0038

✉info@via701.net

▶ガイドと一緒に
お店を巡ります



QRと記載の記事は、このQRコードからも申込みできます。

詳しくは、市ホームページ (<http://www.city.mishima.shizuoka.jp/shinsei.html>)