

お知らせ

ロコモ予防チャレンジ教室
問健康福祉課 ☎(57)4171

ロコモとは、日常生活に必要な運動器が衰えている、または衰え始めている状態のことです。ロコモを予防し、いつまでも元気で過ごせるような体づくりをしていきましょう。日ごろ運動習慣がない方でもぜひこの機会に、お気軽にお申し込みください。

こんな症状、思い当たりませんか？
7つのロコチェック
■1つでもあてはまれば、ロコモの疑いがあります。

1 □片立ちで靴下をはけない	2 □家の中でつまづいたりすべったりする	3 □階段をあげるのに手すりが必要である
4 □家のやや重い仕事が困難である	5 □2kg程度*の重い物を持って持ち帰るのが困難である <small>*1リットルの牛乳パック2個程度</small>	6 □15分くらい続けて歩くことができない
		7 □横断歩道を青信号で渡りきれない

日 4月14日、5月26日、6月16日、7月14日、9月15日、10月6日(すべて金曜日)

10時～11時30分

町在住者で40歳以上の運動制限のない方でロコチェックに1つ以上該当し、6回全てに参加可能な方

※教室にご参加いただいたことがある方は、参加したことがない方にお譲りください。

所 町保健センター

容 ロコモ予防運動

持ち物 運動できる服装、室内用シューズ、水分、タオル

定 20名(先着順)

申 3月8日(水)より電話または健康福祉課窓口へ

※治療中の方は、主治医に相談の上お申し込みください。

※日程は、講師の都合により変更になる場合があります。

臨時福祉給付金(経済対策分)について

問健康福祉課 ☎(57)4196

町では対象の方に4月中旬ごろに申請書をお送りする予定です。申請書が届いた方は早めに申請していただくようお願いいたします。

平成28年度臨時福祉給付金対象者

平成28年1月1日に野木町に住所がある方

平成28年度分の町民税(均等割)が非課税で課税者に扶養されてない方

生活保護を受けていない方

必要書類

・申請書

・本人確認できるもの(運転免許証・健康保険証等)の写し

・振込口座が分かる書類(金融機関名・支店名・口座番号・口座名義人が分かるもの)の写し

※代理受給を希望する場合は代理人の署名・押印が必要となります。

申請窓口
健康福祉課社会福祉係
☎(57)4196

※同封の返信用封筒に申請書と必要書類をご返送ください。

※受付してから支給するまで2か月程かかります。

※審査の結果、不支給になる場合がございますのでご了承ください。

花とレンガのまち

野木町の人・花・風景

作品展作品集

問政策課 ☎(57)4216

町では、役場本館や新館連絡通路を町民の皆さんの作品展示スペースとして、定期的に作品を展示しています。

テーマ

「花とレンガのまち・野木」

(町内の風景・人・祭りおよび花やレンガ窓等に関連するもの)

種類・サイズ

①絵画：10号(53cm×45cm)以下

(額装、吊下げ紐装着、ガラス不可、アクリル可)

②写真：四つ切から半切(単写真のみ、インクジェット不可、吊下げ可能状態での出品)

※①・②とも5kg超の場合相談

展示期間

6ヶ月程度(1期間1人1作)

展示場所

役場本館・新館フロア他(場所指定不可)

募集期間

3月10日(金)～31日(金)

出品手続

政策課へ作品を持参し、申込書に記入

※詳細はお問い合わせ先まで