

## 成人・高齢者向け「健康教室」のお知らせ

町では、生涯にわたり健康な生活を営むために、健診を主とした二次予防に加え、積極的に健康づくりを実践することにより健康を増進し発症を予防する一次予防を推進しています。お気軽にお問い合わせください。

### ロコモ体操 第2・4火曜日 13:30～

歳を重ねても、足の筋力や柔軟性を高め、転倒しない体づくりを目指した体操や運動を行います。身体と脳を同時に使う二重課題をしたり歌に合わせて活動するなど認知症予防にも効果があるプログラムを提供しています。



### 料理教室 次回 8/27 10:00～

食を通じて身体の健康を維持するために、栄養バランスを考えたメニューを考案し、仲間とともに料理をします。管理栄養士とボランティアスタッフが調理方法や食事のとり方などについても支援をします。

### ヨガ教室 次回 9/3 10:30～

柔軟性・筋力・バランス能力の向上・ストレス軽減など様々な効果があります。活発な運動は苦手、膝関節などの疾患で負荷がかかけられない方にはおすすめです。メタボや高血圧の改善にも効果があると言われています。



問合せ先▶福祉課 ☎76-1815

## 献血にご協力を

**日時** 8月13日(水) 午後2時～午後4時

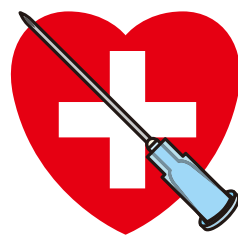
**場所** ひだまりプラザ 駐車場  
受付場所→東栄保健福祉センター会議室  
**献血バスがまいります**

### 若年層の献血者が減少しています

輸血をされている方の約85%は50歳以上の方なのに対し、献血いただいている方の60%以上は50歳未満の方であり、この世代が輸血医療を大きく支えています。

しかし、少子高齢化のため、若年層（10～30代）の献血者数は減少傾向です。そのため、若い世代の献血へのご理解とご協力が必要不可欠です。

この機会にぜひ献血に行ってみませんか？



問合せ先▶福祉課 ☎76-1815

## 令和7年度元気な地域づくり支援事業の採択団体が決定しました！

本事業はまちづくり基本条例に基づき、地域で暮らす皆さまが暮らし続けるために活動を行うことに対し補助金を交付するものです。

今年度の採択団体は16団体となりました。うち新規申請団体が2団体あり、新たな活動も期待されます。  
※黄色マーカー…新規団体

| 団体名                  | 活動内容                                    |
|----------------------|-----------------------------------------|
| 1 かねば会               | 東栄小学校、赤谷地域整備事業                          |
| 2 NPO法人てほへ           | のき山学校プロジェクト                             |
| 3 元気城山               | 地域活性化のための地域づくり活動                        |
| 4 マスターズ・オブ・ザ・チェンソー東栄 | 地域資源の活用・リサイクル事業                         |
| 5 NPO法人御園夢村興し隊       | 花と蝶(オオムラサキ・アサギマダラ)の舞う楽園づくり              |
| 6 子育てサークルたんぽぽの会      | 子育てにこにこ応援事業                             |
| 7 魅その人こめめ会           | 「人生はまだこれからが楽しい!!」プロジェクト2025             |
| 8 ウィルwill            | 「スポーツの可能性、無限大! あなたの伸びしろ、無限大!」プロジェクト2025 |
| 9 川角花いっぱい咲かす会        | 「川角花いっぱい咲かす会」とし熟年パワーで花の名所づくり事業          |
| 10 スイートパテト           | 子育てに不安や悩みを抱えている家族などを対象とする親子参加型の座談会等     |
| 11 桑原「結の会」           | 「住みよい町桑原」環境整備                           |
| 12 奥三河自然子育て 森のこびとたち  | 森のようちえん事業                               |
| 13 withCOCO          | RSC0(アールエスシーゼロ)プロジェクト2025               |
| 14 振草農産物直売組合         | 国道151号市川スペース盛り上げ事業                      |
| 15 結(ゆい)プロジェクト       | 上古戸地区の農環境の維持・保全活動等                      |
| 16 「猫のひなたぼっこ」の会      | 「地域猫活動」野良猫活動                            |

問合せ先▶総務課 ☎76-0501

## 無料で介護の資格を取得して働きませんか？

介護事業所で職場実習をしながら介護職員初任者研修を受けて資格を取得し、介護事業所への就職を目指す方を募集します。

研修の受講料は無料で、職場実習期間中も給与が支給されます。

まずは説明会にご参加ください。



詳しくはこちら▶

### 説明会日時

令和7年8月7日(木) 9:30～  
8月20日(水) 9:30～  
9月17日(水) 13:30～

※都合がつかない場合は個別での対応も可能

**場所** 東栄保健福祉センター 会議室

### 申込方法

(株)東海道シグマ(☎0532-21-7228)へ電話またはホームページから申込み



問合せ先▶東三河広域連合介護保険課  
☎0532-26-8473