

日本赤十字社の募金活動にご協力ください

日本赤十字社は、国内外における災害発生時の救援救護活動や地方自治体への災害救護機材の配備、赤十字病院の運営、献血の受け入れなどの活動を行っています。これらの活動は、皆さんから寄せられた寄付金（会費）や多くのボランティアのかたの協力によって実施されています。

市内では、10月から「令和5年度赤十字会員増強運動」を各地域で実施し、寄付金のお願いをしていますので、ご理解とご協力をお願いします。



▲日本赤十字
公式キャラクター
「ハートラちゃん」



▲日本赤十字
ホームページ

寄付金（活動資金）の活用事例

発電機やポータブルトイレなどの災害備蓄品の配備を進めています。

また、市内で火災などの自然災害が生じた際、市職員が現場にかけつけ、救援物資の提供や弔慰金の支給手続きの案内を行っています。

市内避難所の資機材の充実



▲ポータブルトイレ

▲避難所用発電機

市内での人道支援



▲火災発生時における職員の出勤(救援物資の提供など)

問合せ 福祉課福祉政策担当 ☎ 0480 (92) 1111 内線 563・564

65歳からの筋トレ教室

健康の保持増進を目的に、ストレッチ体操、柔らかいボールや筋力トレーニングマシンを使った運動、口腔・栄養・脳トレに関することなどを3か月間（全24回）で学ぶ教室です。

卒業後は、筋力トレーニングマシンを使用して自由にトレーニングするプログラムも用意しています。

●コース及び実施日時

コース	実施会場	実施期間	時間
高岩午前	介護予防事業拠点施設 いきいきさぽーと 高岩 2177 番地 1 ※老人福祉センター隣	12月7日～令和6年3月14日 の月曜日・木曜日	午前 9時45分～11時45分
高岩午後			午後 1時30分～3時30分
篠津午前	市役所篠津分館 篠津 502 番地 3 ※旧東部消防組合篠津分署	12月8日～令和6年3月12日 の火曜日・金曜日	午前 9時45分～11時45分
篠津午後			午後 1時30分～3時30分

●対象者 市内在住の65歳以上

(令和5年10月31日現在)のかた

●定員 高岩(午前・午後)コース 各12名

篠津(午前・午後)コース 各10名

定員を超えた場合は、介護予防の優先度の高いかたを優先します。

●費用 無料

既往歴などにより医師の意見書が必要と判断された場合は、意見書作成費が必要です。

●申込み 各会場または高齢介護課で申し込みください。

申し込み時に、血圧測定や身体の状態の聞き取りなどを行います。

●受付期間 10月2日(月)～31日(火)

(土・日曜日、祝日を除く。)

●受付時間 午前8時30分～午後5時

(正午～午後1時15分を除く。)



問合せ 高齢介護課地域支援担当 ☎ 0480 (92) 1111 内線 173～175