

市役所庁舎内の



が変わります。

雨

市民の利便性の向上と行政サービスの充実を目指し、匠瑛市役所内および市民ふれあいセンター内のレイアウト変更(部署の移動)を行います。

変更作業は、5月8日までに完了の予定です。

なお、各課の電話番号に変更はありません。

変更の概要

■市役所1階

○建設課が、3階に移動します。

○福祉課が、建設課があった場所に移動します。

○環境生活課が、福祉課があった場所に移動します。

また、「市民活動サポートセンター」を併設します。

■市役所3階

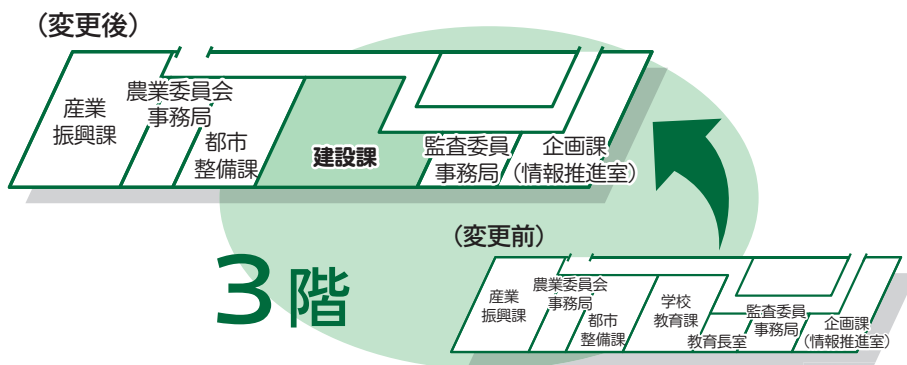
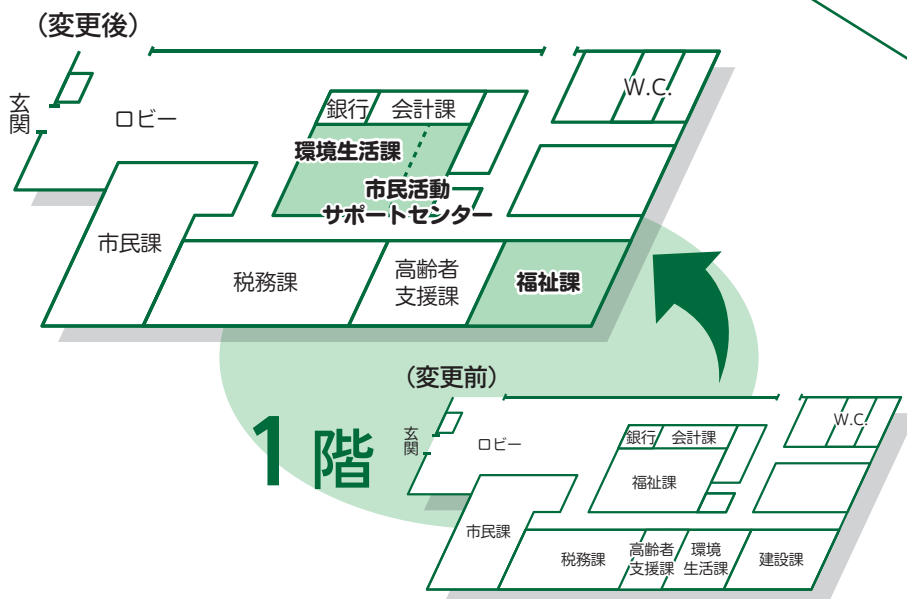
○建設課が、学校教育課および教育長室のあった場所に1階から移動します。

※学校教育課および教育長室は4月24日に市民ふれあいセンターへ移動しました。

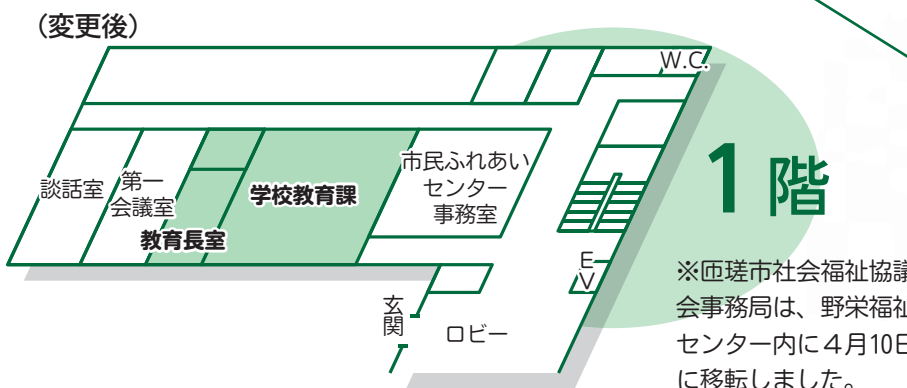
■市民ふれあいセンター1階

○学校教育課および教育長室が、社会福祉協議会事務局があった場所に市役所3階から移動しました。

市役所内



市民ふれあいセンター内



※このページに関する問い合わせは財政課管財班 ☎73-0085へ



「いきいき百歳体操」始めませんか？

市では、高齢者の運動機能向上や寝たきり予防に「いきいき百歳体操」の取り組みを進めています。



《百歳体操の例》

■腕を横に上げる運動（肩の筋肉が対象）



■椅子からの立ち上がり（もも、お尻の筋肉が対象）



吉田地区で百歳体操に取り組んでいる皆さん。毎週月曜日に新田地区コミュニティセンターに集まり、約30分の体操時間を含め1時間弱の活動を行っている

百歳体操は、調節可能な重りを手首や足首に巻き付け、ゆっくりと動かすことで、加齢に伴い低下した筋力やバランス力を向上させ、体の動きを楽にします。転倒しにくい体にもなり、骨折を原因とする寝たきりになることを予防します。

現在、市内3グループが定期的に取り組んでいます。

で、「歩くのが楽になった」「体操を始めて元気になった」などの効果を実感する声が参加者から聞かれます。体操実施者を対象にした体力テストでも、ほとんどの人の数値が向上する結果が見られています。

◆みんなで始めよう

百歳体操を地域やグループで始めませんか。仲間と一緒に行うことで楽しく継続することができそうです。希望者は左記までお問い合わせください。

対象：4人以上で地域の会場に集まり、週1回体操を実施する意欲のあるグループ グループで準備する物：①椅子を使って体操ができる会場②DVDが見られる設備

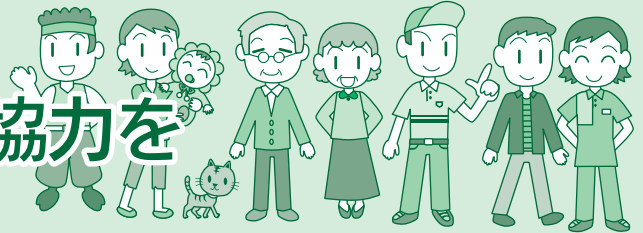
※重りと説明DVDの貸し出し、体操指導は市が行います。

問 高齢者支援課地域包括支援センター

☎ 73・0033

「高齢者等あんしん見守りネットワーク事業」

見守り活動に事業者の協力を



市では、高齢者が安心して暮らし続けられるよう、日常的に高齢者などに関わりを持つ事業者と見守り活動についての協定を結んでいます。

協定を結んだ事業者は、「協力事業者」として販売や配達、訪問など日常の業務の中で、“郵便物や新聞などが何日もたまっている”“明かりが何日もついたまま（または消えたまま）”など、高齢者宅での異変を発見したときに市と相互に連携を図って適切な支援を行うこととしています。

◆協力事業者を募集しています

協力事業者を随時募集しています。見守り活動に協力いただける事業主は、下記までご連絡ください。協力事業者として登録後、専用ステッカーを差し上げます。

問 高齢者支援課支援班 ☎ 73-0033

◆市と見守り協定を締結している協力事業者

生活協同組合コープみらい 【宅配】	(株)セブン・イレブン・ジャパン 【コンビニエンスストア】
日本郵便(株)八日市場郵便局 【郵政三事業】	第一生命保険(株)成田支社 【生命保険業】
(株)新聞販売サワダ 【新聞・書籍販売】	(株)寿 【宅配弁当】
毎日新聞八日市場販売所 【新聞配達・販売】	読売橋本新聞店 【新聞配達】
(有)鎌形新聞店 【新聞配達】	ワタミ(株) 【宅配弁当】
あいおいニッセイ同和損害保険(株) 【保険外交】	あいおいニッセイ同和千葉支店プロ会 【保険外交】
東京電力パワーグリッド(株)成田支社 【検針】	ヴェオリア・ジェネツ(株)八匠営業所 【検針】
生活協同組合パルシステム千葉 【宅配】	八日市場瓦斯(株) 【LPガス販売】

※平成28年度末現在。【 】内は業務内容