

食育推進計画策定委員会 委員募集

食育の推進に関する施策の推進を図るための下野市食育推進計画(第3期)を策定するにあたり、市民の皆さんから広く意見や提言をいただくため委員を募集します。

■任期

9月1日(土)～平成31年3月
末まで

■会議開催回数

年2～3回程度

■報償 日額3,000円

■応募資格

- ・市内に住所を有する20歳以上の方
- ・原則として、市で設置する他の審議会等の委員でないこと
- ・食育に関心をおもちの方で、平日昼間開催される会議に出席できる方
- ・市の議員及び職員でないこと

■応募方法

農政課窓口または市ホームページから取得した応募用紙に必要事項を記入のうえ、農政課まで郵送、FAX、電子メールまたは直接お持ちください。

■募集期間

8月1日(水)～20日(月)

※郵送による場合は当日消印有効

■募集人数 若干名

■選考結果

選考委員会で決定し、結果はご本人あてに通知します。

■申し込み・問い合わせ先

〒329-0492

笹原26

農政課

☎(32)8906

☎(32)8611

✉ nousei@city.shimotsu

kei.g.jp

認知症の方を介護している 介護者交流会

認知症の方を介護している家族の交流と情報交換の場である介護者交流会の開催日をお知らせします。

同じ立場の仲間同士の時間を過ごしてみませんか？

■日時

8月31日(金)

9月28日(金)

午前10時～正午

■場所 南河内児童館1階

■対象者

現在介護している方または

過去に介護した経験がある方

■参加費 無料

■申し込み・問い合わせ先

高齢福祉課

☎(32)8904

ほっと介護教室「お薬の話あれこれ」のご案内

介護や医療を必要とする方が自宅で安心して暮らしていくためには、薬と正しく付き合っていくことが大切です。

今回は、管理薬剤師の方を講師として、「薬の管理」や「生活の中で気をつけたいこと」といったことについてご講話いただきます。

ご興味のある方は、この機会にぜひご参加ください。

■日時 9月6日(木)

午後1時30分～3時

■場所 ゆうゆう館

■対象者 市内在住の方

■参加費 無料

■申し込み・問い合わせ先

地域包括支援センターこくぶんじ

☎(43)1229

一般介護予防事業のご案内

市が開催する3つの介護予防教室をご紹介します。いつでも自立して、豊かな暮らしを続けていくために、積極的に身体を動かしましょう！

教室には、市内に居住する65歳以上の方で、身の回りのことに介助を要しない方ならご参加いただけますが、今年度すでに同じ教室に参加された方はご遠慮ください。

■転倒骨折予防教室

筋肉や骨が衰えないように身体を動かし、ご自宅でも運動を継続できるように簡単にできる「筋力トレーニング」をご紹介します。

■日時 9月5日から11月28日までの毎週水曜日

午前9時30分～11時30分

※10月3日を除く

■場所 国分寺公民館

■定員 40名

■参加費 無料

■申込期間

8月1日(水)～20日(月)

■脳力アップトレーニング教室

認知症を予防することを目的に、身体と脳を連動させた体操や、ご自宅でも継続しや

すい「脳トレ」を実施します。

■日時 9月7日から11月30日までの毎週金曜日

午前9時30分～11時30分

※11月23日を除く

■場所 石橋公民館

■定員 30名

■参加費 1回200円

■申込期間

8月1日(水)～20日(月)

■男の筋力塾

天平の丘公園内で、ノルディックポールを使用したウォーキングを実施します。

この教室は男性の方のみ参加できます。

■日時 9月19日から11月21日までの毎週水曜日

午後1時30分～3時30分

■場所 聖武館、天平の丘公園

■定員 20名

■参加費 1回100円

■申込期間

8月10日(金)～31日(金)

■申し込み・問い合わせ先

高齢福祉課

☎(32)8904

