

## きづく、つなぐ、まもる 相談支援者研修会

日本では毎年3万人近い方が自殺で亡くなっています。多くの自殺には言葉や行動による『小さなサイン』があるといわれています。その『小さなサイン』に気付くことが、自殺予防のとても大切な第一歩となります。あなたの周りに、「最近何となく元気がないな…」 「最近いつもと違うな…」と感じる人はいませんか？ 専門医による研修会を行います。心の健康について関心をお持ちの方でしたら、どなたでも参加できます。ぜひ、ご参加ください。

- 会場 船引公民館 2階ホール
- 日時・内容

月日	時間	内容
9/ 8 (火)	13:30 ~ 14:00	講義Ⅰ 「自殺の現状」 福島県中保健福祉事務所 担当者
	14:00 ~ 15:00	講義Ⅱ 「気づきを大切に、命をつなぎ守るために」 コスモス通り心身医療クリニック 院長 圓口 博史 氏 ●自殺とは？ ●自殺に対する気づき ●自殺につながる病気や悩みについて

問・申 保健福祉部 保健課 ☎81-2271

## 「第10回特別弔慰金」請求のお知らせ

現在、第10回特別弔慰金の請求手続きを受け付けています。支給対象となる方は、忘れずに請求手続きをしてください。

- 支給対象者 平成27年4月1日(基準日)において、「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」などを受ける方(戦没者等の妻や父母等)がいない場合に、次の順番による先順位のご遺族1人に支給となります。  
戦没者等の死亡当時のご遺族で…  
①平成27年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方  
②戦没者等の子 ③戦没者等の父母、孫、祖父母、兄弟姉妹 ※戦没者等の死亡当時、生計関係を有していることなどの要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります。  
④上記以外の戦没者等の三親等内の親族(甥、姪等)  
※戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた方に限ります。
- 支給内容 額面25万円、5年償還の記名国債
- 請求期限 平成30年4月2日  
※請求期限を過ぎると第10回特別弔慰金を受けることができなくなりますので、請求手続き漏れのないようご注意ください。
- その他 各出張所での請求手続きの受け付けについては、第8回と第9回の請求者(前回と同じ請求者)の場合のみ受け付けします。

問・申 保健福祉部 介護福祉課 ☎82-1115  
各行政局 市民課、各出張所

## 田村市公用車広告(有料)募集

- 掲載車両 市公用車74台
- 掲載位置 車両の車体両側面(原則として後部ドア)
- 規格  
①軽・普通乗用車…縦30cm×横50cm 2カ所  
②バス…縦40cm×横100cm 2カ所
- 広告料  
①軽・普通乗用車1台当たり…3,000円(1カ月)  
②バス1台当たり…5,000円(1カ月)
- 広告期間 1カ月を単位とし、協議した期間
- 広告方法  
ラッピング・フィルム、カッティング・シートなど剥離が可能な素材の特殊フィルムの貼り付けとします。車体塗装はできません。
- 申込方法  
所定の申込書に広告原稿と申込者の事業内容が記載された書類を添えて提出してください。申込書は市ホームページからダウンロードできます。なお、申し込みにかかる費用は申込者の負担とします。
- その他  
広告の内容が本市の定める広告掲載要綱・基準などに反するものは掲載できません。  
詳しい内容はお問い合わせください。

問・申 総務部 財政課 ☎81-2118



## 田村市健康大学受講生募集

『いくつになっても、元気でいきいきと暮らしたい』という願いを実現するため、これからの健康づくりについて、仲間と一緒に学習してみませんか？

- 対象 市内にお住まいの方
- 内容 健康講座 ※日程・内容は下表のとおり
- 時間 昼の部：午後1時30分、夜の部：午後6時30分 ※1講座2時間程度の予定
- 会場 船引保健センター、市役所本庁舎 など
- 定員 昼の部…40人、夜の部…20人 ※昼夜どちらかの部でお申し込みください。
- 参加費 講座受講料は無料。ただし調理実習費は自己負担になります。
- 申込方法 8月25日(火)までに、電話でお申し込みください。
- その他 全部の講座を受講できなくても、お申し込みできます。

開催日	内容	講師
8/31(月) 昼	開講式 / 講演「筋力アップの運動で、いつまでも元気に暮らそう」	快フィットネス研究所 吉井 雅彦 氏
9/ 2(水) 夜		
9/15(火) 昼	体験学習「体力測定・自分の体を知ろう」	運動指導員、保健師
9/24(木) 夜		
10/ 5(月) 昼	講演「笑いと健康～笑って学んで生活習慣病予防～」	福島県立医科大学 教授 大平 哲也 氏
10/20(火) 夜	講義「高血圧などを予防する食事のポイント」	栄養士、運動実践指導者
10/30(金) 昼	実技「生活習慣病予防のための運動」	
11/ 4(水) 昼	料理実習・会食	栄養士
11/ 5(木) 夜		
11/18(水) 昼	講義「ストレスと上手につきあおう」・「歯と口腔のお話」	保健師
11/19(木) 夜	実技「リラクゼーション運動でストレスケア」	
12/ 3(木) 昼	体験学習「体力測定・自分の体を知ろう」	運動指導員、保健師
12/ 9(水) 夜		
1/12(火) 昼	実技「健康づくりのための運動」 / 閉講式	運動実践指導者

問・申 保健福祉部 介護福祉課 ☎82-1115

## 運動サロン「東部区老人会すこやか健康教室(大越町東部区)」

～運動と集いできます元気になるサロン～

大越町東部区の方々が、平成26年11月から月2回田子屋コミュニティセンターに集まり「東部区老人会すこやか健康教室」を開催しています。

定期的に楽しく、地域の方々と交流をしながら運動をし、「体が楽に動くようになった」「運動した後は体も心もスッキリする」「みんなと笑って交流ができてとても楽しい」など、効果を実感する声が聞かれています。6月には、体力測定を実施し、自分の体力を確認しました。体力測定の結果から、「運動をしていたから結果が良かった」「もう少しいい結果にしたい」など、みんなと楽しみながら運動を継続していこうという意欲が見られ、ますます元気になるサロンです。

市では、高齢者の皆さんがいつまでも元気に活動的な生活が送れるように、運動サロンの支援を行っています。現在16グループが、運動を中心に元気づくりの活動を行っています。“自分の地域にも運動サロンをつくりたい”と思っている方、興味のある方は、保健福祉部介護福祉課(☎82-1115)にご連絡ください。皆さんの元気づくりをお手伝いします。



## 船引駅北口駐車場の月極駐車場利用者 随時募集中!

市では、船引駅北側の月極駐車場の利用者を募集しています。利用を希望する方は、車種と車両番号を控え、下記にお申し込みください。



- 利用料金(月額)…5,000円(税込)
- 受付時間…平日の午前8時30分～午後5時15分
- 申込方法…「定期駐車券発行申請書」に必要事項を記入の上、建設部都市計画課に持参してください。  
※申請書は建設部都市計画課窓口にあります。  
また、市ホームページからもダウンロードできます。

問・申 建設部 都市計画課 ☎82-1114