



# 元気アップ教室 受講生募集

～トレーニングコース～

生活習慣病予防を目的に、筋力トレーニング・有酸素運動を実施します。ぜひ、ご参加ください。

**と き** 5月18日～7月20日までの  
毎週金曜日(全10回)  
10:30～12:00

**と ころ** B&G海洋センター・トレーニングルーム

**対 象** 伯耆町の住民で20歳以上の方  
(高血圧症・心疾患などの方は、必ず医師にご相談のうえ、お申込みください。)

**定 員** 20名

**参加料** 2,000円 ※初回教室時に集金します。  
**申込期限** 5月10日(木)  
※申込み多数の場合は、過去2年間の参加回数が少ない方を優先します。

**【問い合わせ・申込み先】**  
健康対策課 健康増進室 ☎68-5536

## 家族介護用品 購入費助成

在宅で重度の要介護者を介護している家族に対し、介護用品と引き換えのできる引換券を交付します。

**対象者**  
次の条件を全て満たしている方を介護をしている家族の方

- 要介護認定において要介護4または5と判定された方
  - 在宅で介護を受けている方
  - 市町村民税が非課税世帯の方
- ※介護をしている別居の家族も、支給対象者になることができますが、その世帯も市町村民税が非課税でなければいけません。  
※要介護者が介護保険施設に入所または医療機関に入院されている場合は、対象となりません。

**支給額** 月額7,000円(引換券を交付します。)

**引き換えのできる介護用品**  
大人用紙おむつ、尿取りパット、使い捨て介護用手袋、清拭剤、ドライシャンプーなど

**【問い合わせ先】**  
健康対策課 生活相談室 ☎68-5535

## 伯耆町三世代等同居モニター募集中

伯耆町では、今後三世代以上で同居予定の方で、年間を通して情報交換やアンケート調査などにご協力いただける世帯を募集しています。

**目 的** 三世代同居のメリット・デメリットを検証し、今後の町行政施策の参考とします。

**対象者** 次の要件を満たす世帯  
①平成24年4月1日以降に同居予定で、平成24年10月31日までに三世代またはそれ以上の世代で町内に同居を予定している方  
②年間を通じた活動に、世帯全員の協力をいただける世帯

**募集世帯数** 3世帯

**活動内容**  
(1)アンケート調査への回答や意見・提言の提出  
(2)情報交換の場への出席や居宅訪問等への協力  
(3)必要に応じた資料提出への協力 など

**活動期間** 7月から平成25年3月まで

**謝 礼** 1世帯につき10万円

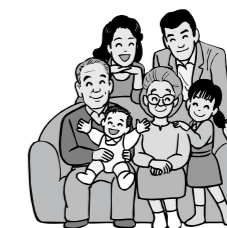
**応募方法** 申請書に必要事項を記入し、提出

**申 請 書** ①郵送しますので、問い合わせください。  
②ホームページに掲載しています。

**応募〆切** 5月31日(木)

※申し込み多数の場合は、年齢・地域構成などから総合的に選考します。なお、選考結果は郵送にてお知らせします。

**【問い合わせ・申込み先】**  
健康対策課 健康増進室 ☎68-5536  
HP: <http://www.houki-town.jp>



## 食生活改善推進員養成講座 受講者募集

健康で明るいまちづくりを目指し、地域で食生活推進活動をしてみませんか?家庭・地域から健康の輪を広げていきましょう。男性の参加もお待ちしております。

**と き** 5月28日～8月までの全7回  
9:30～14:30  
(第1回のみ13:30～16:00)

**と ころ** 岸本保健福祉センター

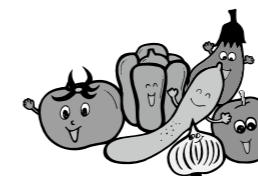
**募集要件**  
次の要件を満たす方  
①伯耆町に在住の方で、食生活や健康づくりに関心があり、養成講座に5回以上出席が可能な方。  
②講座修了後に食生活改善推進員として栄養改善活動が可能な方。

**募集人数** 20名(先着順)

**参加料** 無料

**申込〆切** 5月16日(水)

**【問い合わせ・申込み先】**  
健康対策課 健康増進室 ☎68-5536



## 5月31日は、世界禁煙デー 5月31日～6月6日は、禁煙週間

禁煙は、自分自身の健康を守るための最も身近な手段であり、大切な人への思いやりです。次のとおりイベントを開催しますので、ぜひご参加ください。

**と き** 6月3日(日) 13:00～15:00

**と ころ** イオン日吉津  
ショッピングセンター  
西館1階



**内 容**

- 専門医による禁煙相談、ニコチンパッチ処方(無料)
- ニコチン依存度チェック、肺年齢測定、呼気中一酸化炭素濃度測定
- 小学校5・6年生と中学生の禁煙ポスター・標語の展示、投票
- 紙芝居・マジックショー
- ご当地キャラクターとの記念撮影 など

**主 催** 世界禁煙デーin米子実行委員会

**【問い合わせ先】**  
健康対策課 健康増進室 ☎68-5536



## 入学支度金の手続きはお済ですか?

伯耆町では、ひとり親家庭などを対象に入学支度金を支給しています。支給の対象となる方は、手続きを行ってください。



**支給対象者**  
現在伯耆町内にお住まいの方で、平成24年4月に小・中学校に入学した児童を養育されている次の①または②に該当する方(平成22年分の所得税が課税の方と生活保護世帯を除く)

- ① 母子・父子家庭の保護者
- ② ひとり親に代わって児童を養育している方

**支 給 額** 児童1人につき1万円

**手続き方法**  
次のものを持参のうえ、手続き窓口へお越しください。  
印鑑、振込先の口座番号がわかるもの(通帳など)

**【手続き窓口】**  
本庁舎:福祉課 福祉支援室 分庁舎:分庁総合窓口課

**手続き期限** 5月31日(木)まで

**【問い合わせ先】**  
福祉課 福祉支援室 ☎68-5534