

元気を応援！元気なうちから始めましょう介護予防！

問福祉課 ☎内線302

町では、介護予防の習慣を身に付けていただくために、専門家の指導を受けることができる様々な教室を開催します。ぜひご参加ください。(参加費は無料です。)

	教室	内容	ところ	とき	定員
1	ポール・ウォーキング教室	ストックを使って町内をウォーキングすることで足腰の筋力を向上し、身体バランスを改善します。 (希望者にはストックを貸出します) ①のんびりコース (足・腰・膝が弱い方、3,000歩程度) ②ゆっくりコース (5,000歩程度)	こみゅにていー・パティオ 海鈴 (かりん) 東町1-9-17 ※希望者送迎あり (1回6名まで)	●要事前予約 ①全20回 9時～正午 原則、毎週水曜日 (月4回) (夏季・冬季の一部を除く) 5月8日(水)～11月27日(水) ②全20回 9時～正午 原則、毎週火曜日 (月4回) (夏季・冬季の一部を除く) 5月7日(火)～11月26日(火)	各8名
2	スクエアステップのひろば	よこ4個×たて10個のマスの目のマット上で、決められたステップを踏むエクササイズです。バランス力や筋力を維持するロコモ予防や記憶力を向上し、認知症予防に効果のある「脳とカラダを活性化」させる新しいエクササイズです。	①保健センター ②国府支所	●事前予約不要 ご自由にご参加ください。 ①原則、第2火・第4金曜日 9時30分～11時 ②原則、第1・第3金曜日 13時30分～15時	制限なし

対象：65歳以上で介護予防に関心のある町民の方 (医師から運動を禁止されていない方)

申込み：4月3日(水)から4月10日(水)まで

※ポール・ウォーキング教室は申込み多数の場合は抽選

町民活動を頑張る皆さんを応援！ 令和6年度町民活動推進補助金事業を募集

問町民課 ☎内線236

「町民活動推進補助金」とは、町民の皆さんが生活する中で直面する様々な課題に、自らの意思で取り組む「町民活動」を応援するためのものです。補助対象となる事業の募集を行います。

補助内容や対象の経費などの詳しい内容については、「募集案内」をご覧ください。

申請書を提出後、申請団体による事業内容のプレゼンテーションを実施し、補助金等評価委員会の審査を受けることとなります。

▶昨年度の交付決定事業

「谷戸川自然再生プロジェクト事業」、「『ふるさと回帰支援センター大磯』大磯移住・定住支援事業」

▶募集期間 4月1日(月)～18日(木)

▶申込み 所定の申請書等を町民課町民協働係へ提出

▶募集案内・申請書等配布場所 役場本庁舎町民課窓口、町ホームページ

※申請書類提出前に書類確認をさせていただきます。

書類の書き方や内容確認のため提出前に必ずご相談ください。

(4月11日(木)まで、要予約)



令和6年度新成人記念のつどい実行委員を募集

問生涯学習課

☎内線323 ✉gakusyu2@town.oiso.kanagawa.jp

一生に一度の成人式を自分たちの手で作り上げてみませんか。

新成人記念のつどい実行委員会では、成人式の企画や記念品の選定、案内状、プログラムのデザインや当日の司会進行などを行います。令和5年度は、恩師からのビデオレターの作成などを企画しました。

※大磯町では20歳の方を対象に成人式を開催します。

対象 令和7年1月に成人式を迎える方

(平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれの方)

募集人数 10人程度

予定 6月頃から月1回程度の実行委員会を予定しています。

申込み 5月15日(水)までに電話またはEメールでお申込みください。



令和5年度は案内状とプログラムをデザインしました