

脳と体を刺激する「脳活塾」に参加しませんか

健康運動指導士による「脳を刺激するコグニサイズ頭を使いながら運動」を中心に行いながら、認知症を遠ざける生活習慣などを学習します。「脳活(脳の活性化)に役立つ知識を知りたい」「しっかりと体を動かして脳活したい!」と思っている人は、ぜひ、参加してください。



コグニサイズの様子

とき・ところ 内容 別表1のとおり(全10回)
 ※実施する運動は、立って行うやや強度の高い運動です
対象 ▽65歳以上で介護や見守りの必要がなく参加できる人
 ▽要介護認定を受けていない人
 ▽介護保険などの通所型サービスの利用がない人
定員 20人(抽選)
②2116)
申込方法 介護保険課へ電話で申し込んでください
申込期間 8月31日(木)まで
その他 ▽身体状況により、お断りする場合があります
 ▽広報紙がかわら4月15日号に掲載した情報から、開催時間が変更になっています
問合せ先 介護保険課(☎22116)

とき (各日:午前10時~11時30分)	ところ	内容		備考
		前半:脳活のための学習(約25分) 学習内容	後半:運動(約60分) 担当者	
10月5日(木)	波川ほっとプラザ	オリエンテーションなど	保健師	コグニサイズ(頭を使いながら体を動かす運動)
10月12日(木)		認知症について		
10月19日(木)		コグニサイズとは	健康運動指導士	
10月26日(木)		脳活性化とお口の機能の関わり①	歯科衛生士	
11月2日(木)		認知症予防と生活習慣	保健師	
11月9日(木)		脳活性化のための食生活①	管理栄養士	
11月16日(木)		認知症予防と運動	健康運動指導士	
11月24日(金)		脳活性化のための食生活②	管理栄養士	
11月30日(木)		脳活性化とお口の機能の関わり②	歯科衛生士	
12月7日(木)		振り返り・まとめ	保健師	

「認知症になっても安心して暮らせる地域へ」展示・相談会

認知症は、誰にでも起こり得る脳の病気で、2025年には、高齢者の5人に1人が認知症になるといわれています。とても身近な病の一つです。認知症の人が安心して暮らすためには、認知症を正しく理解し、地域で支え合うことが大切です。市は、9月の世界アルツ

ハイマ1月間に合わせて、認知症について多くの人に知ってもらうための展示と相談の催し「認知症になっても安心して暮らせる地域へ」を開催します。認知症に関することや認知症の人との接し方、市の取り組みを紹介いたしますので、ぜひ、来場してください。
とき 9月4日(月)~8日(金) (☎22179)
午前9時~午後4時
ところ 市役所本庁舎市民ホール
内容
 ①パネル展示
 ②認知症に関する書籍の紹介
 ③物忘れ相談
 ④認知症本人大使などの動画上映
問合せ先 高齢者安心課(☎22179)

スマートフォンの使い方を学べる教室・相談会を開催

スマートフォン体験教室
とき 9月25日(月)午後2時~4時
ところ 子持公民館
内容 スマートフォンの基本的な使い方や、カメラ、LINEなどの生活に便利なアプリを体験します
定員 15人(先着順)
申込期間 8月22日(火)~9月15日(金)
スマートフォンよろず相談会
とき 9月22日(金)・29日(金)午前9時~正午
 ※1人当たり30分程度
ところ 市役所本庁舎市民ホール
内容 スマートフォンの使い方について不安がある人に対し、1人ずつ操作方法などをサ

ポートします
定員 6人(先着順)
申込期間 8月22日(火)~参加希望の前日
 ※事前申込者を優先します
 が、空き状況により、当日参加も可能
共通事項
申込方法 電話で、氏名・住所・電話番号(日中連絡がつくもの)・参加希望日時をDX・行政管理課へ
問合せ先 本DX行政管理課(☎28414)

LINEなどの生活に便利なアプリを体験します
定員 15人(先着順)
申込期間 8月22日(火)~9月15日(金)
スマートフォンよろず相談会
とき 9月22日(金)・29日(金)午前9時~正午
 ※1人当たり30分程度
ところ 市役所本庁舎市民ホール
内容 スマートフォンの使い方について不安がある人に対し、1人ずつ操作方法などをサ

健康遊具の使い方を学ぶ健康づくり教室の参加者を募集

効果的な健康遊具の活用方法とウォーキングについて学べるシニア世代のための健康づくり教室を実施します。
とき 9月20日(水)午前9時30分~11時
ところ 赤城健康公園
 ※雨天時は赤城公民館で内容を変更して実施
内容 握力測定、健康遊具を使った筋力トレーニングとウォーキングなど有酸素運動を組み合わせたサーキットトレーニングについての講義・実践
講師 健康運動指導士の斉藤智子先生
対象 おおむね65歳以上の人が




▲赤城健康公園のウォーキングコース

効果的な健康遊具の活用方法とウォーキングについて学べるシニア世代のための健康づくり教室を実施します。
とき 9月20日(水)午前9時30分~11時
ところ 赤城健康公園
 ※雨天時は赤城公民館で内容を変更して実施
内容 握力測定、健康遊具を使った筋力トレーニングとウォーキングなど有酸素運動を組み合わせたサーキットトレーニングについての講義・実践
講師 健康運動指導士の斉藤智子先生
対象 おおむね65歳以上の人が



▲ふくらはぎをのぼす遊具

定員 20人(先着順)
持ち物 天候に合わせた動きやすい服装、飲み物、帽子、タオル
申込期間 8月22日(火)~9月1日(金)
申込み問合せ先 本介護保険課(☎22116)へ
健康遊具の使い方を動画で確認できます
 赤城健康公園にある12種類の健康遊具の使い方を動画で紹介しています。ぜひ、確認してください。

 ▲動画はこちら

第1回子育て支援講座の参加者を募集します

とき 9月26日(火)午前10時~11時30分
ところ 波川ほっとプラザ
内容 幼少期から始める「性教育」について
講師 藤野彩子さん(彩子:ごっこ保健室)
対象 未就学児の子を持つ保護者
 ※無料で託児サービス(対象年齢0~3歳)を利用できます
定員 ①参加者120人程度
 ※託児12人
 ※いずれも先着順
参加料 無料
申込方法 次のどちらかの方法で申し込んでください
 ▽こども政策課窓口で申し込み
 ▽メール(syoushukai@city.shibukawagun.lg.jp)に、氏名(ふりがな・住所・電話番号・託児の希望の有無を入力して、件名を「子育て支援講座申込」として送信
 ※託児を希望する場合は、子どもの氏名・生年月日・性別も記入してください
申込期間 8月30日(水)~9月13日(水)

今後の予定 別表2のとおり
 ※申込方法等については、今後、広報しぶかわなどでお知らせします
問合せ先 こども政策課(☎21880)



LINEなどの生活に便利なアプリを体験します
定員 15人(先着順)
申込期間 8月22日(火)~9月15日(金)
スマートフォンよろず相談会
とき 9月22日(金)・29日(金)午前9時~正午
 ※1人当たり30分程度
ところ 市役所本庁舎市民ホール
内容 スマートフォンの使い方について不安がある人に対し、1人ずつ操作方法などをサ

LINEなどの生活に便利なアプリを体験します
定員 15人(先着順)
申込期間 8月22日(火)~9月15日(金)
スマートフォンよろず相談会
とき 9月22日(金)・29日(金)午前9時~正午
 ※1人当たり30分程度
ところ 市役所本庁舎市民ホール
内容 スマートフォンの使い方について不安がある人に対し、1人ずつ操作方法などをサ

開催回	とき	ところ	内容
第2回	10月25日(水)	子育て支援総合センター	就学前の子どもの心の発達と親の関わり方
第3回	11月8日(水)		メディアとの付き合い方

空き家の悩みを専門家に相談／日曜空き家無料相談会

空き家の悩み事(売買、賃貸借、相続、解体、改築、管理などの相談)、専門家が応じる「日曜空き家無料相談会」を開催します。

つき 10月29日(日)午前9時～正午 ※1組30分まで

ところ 市役所本庁舎市民ホール ※オンラインでの相談もできます

相談員 司法書士、行政書士、宅地建物取引士、不動産鑑定士、土地家屋調査士、シルバー人材センター

対象 市内にある空き家の所有者・管理者

定員 40組(予約制)

申込方法 申込書(市民協働推進課または市ホームページ(ID110726))にあり、必要事項を記入し、郵送(〒377-8501:石原80)、ファクス(24654)または直接市民協働推進課へ ※電話でも申し込みできます

申込期間 8月22日(火)～9月29日(金)(先着順)

定期的無料空き家相談

宅地建物取引士による、無料の空き家相談を毎月開催しています。

つき 毎月第2水曜日午後1時30分～4時10分

ところ 市役所本庁舎

定員 5人(事前予約制)

申込方法 開催日の2日前までに電話で市民協働推進課へ

詳しくは、市民協働推進課(☎2240)へ。

JR浜川駅前タクシー乗降場にシェルターを設置

浜川駅前広場においてタクシー利用者の利便性向上を図るため、タクシー乗降場にシェルター(屋根)を設置します。工事期間中はご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。

工事期間 8月下旬ごろ

令和6年3月25日(予定)施工業者 南澤建設(株)

詳しくは、都市政策課(☎22073)へ。



水道週間「小・中学生ポスター・作文コンクール」の入賞者を発表

市は、日常生活に欠かすことのできない「水道」について、一層の理解と関心を高めてもらうため、令和5年度水道週間「小・中学生ポスター・作文コンクール」を行いました。

ポスターの部は、市内の小学校4年生と中学校1年生を対象に、作文の部は小学校5年生と中学校2年生を対象に作品を募集し、ポスターと作文合わせて382点の応募がありました。厳正な審査の結果、次のとおり入賞者が決定しましたのでお知らせします。

〔入賞者 敬称略〕

ポスター：小学4年生の部

- ▽最優秀賞 岸心結(長尾小)
- ▽優秀賞 星野妃良(長尾小)、星河この葉(金島小)
- ▽佳作 萩原夢乃(橋北小)

作文：小学5年生の部

- ▽最優秀賞 宮下陽花(長尾小)
- ▽優秀賞 石坂季心(長尾小)、坂木百果(浜川南小)
- ▽佳作 古田菜々香(長尾小)、渡海美紗喜(橋北小)、田子澁乙(豊秋小)

なお、各部門の最優秀賞、優秀賞受賞作品を、代表として「水道週間協賛懸賞全国コンクール」に推薦しました。

詳しくは、総務経営課(☎22504)へ。



唐澤剣也さんが世界パラ陸上で金・銀メダルを獲得

本市出身のパラアスリート唐澤剣也さん(SUBARU陸上競技部)が、フランスのパリで開催された「パリ2023世界パラ陸上競技選手権大会」に出場し、2種目でメダルを獲得しました。

唐澤さんは、視覚障害T11クラスで、男子5000mと15000mの2種目に出場。7月10日の男子5000mは、大会新記録で初優勝し、金メダルを獲得。7月13日の男子15000m決勝では2位となり、国際大会で金と銀の2つのメダルを獲得する快挙を成し遂げました。

この大会は、来年開催されるパリ・パラリンピックの出場枠獲得につながるため、唐澤さんは、2大会連続の

パラリンピック出場に大きく前進しています。

詳しくは、本政策戦略課(☎22182)へ。

唐澤選手のメッセージ

今回の結果は、日々サポートしてくれる練習パートナーや、応援してくれる皆さんの支えがあつて勝ち取ることができました。地元浜川の皆さんに、夢と希望を与えられるような走りがかつて頑張ります。

市は、(株)山田製作所との「U・Ecoプロジェクト」の事業開始に先立ち、包括連携協定を締結しました。

U・Ecoプロジェクトとは、「University・Sales・Mobility(みんなの乗り物)や「Us・e・ful」(便利な移動)」と、「Eco(化石燃料を使わない電気や充電する乗り物)」を合わせた、人と環境に優しい乗り物の開発と活用を、市と(株)山田製作所が検討するプロジェクトです。

この協定により、交通弱者や観光客の移動手段の確保など、人と環境に優しい社会の実現を目指していきます。

詳しくは、本政策戦略課(☎22854)へ。



災害を想定した実動訓練を9月2日(土)に行います

市は、実際に災害が発生した状況を想定した実動訓練を行います。

つき 9月2日(土)午後1時～4時30分

災害想定 台風接近による風水害の発生を想定しています

訓練内容(場所)

①災害対策本部設置運営訓練(本庁舎)

②現地災害対策本部設置訓練(赤城行政センター)

③避難所開設運営訓練(古巻小学校、古巻中学校、津久田小学校、赤城北中学校)

※午後1時30分から、右記の4校を避難所として開設する予定です。各学校の近隣住民や訓練に参加できる人は、避難者役として協力してください

エリアメールの訓練配信について

訓練当日は、午後1時40分に市内全域避難指示のエリアメールを配信する予定です。訓練配信になりますので、慌てずに対応してください。

詳しくは、本危機管理室(☎22130)へ。

住友生命保険相互会社と包括連携協定を締結しました

市は、住友生命保険相互会社と包括的な連携協定を締結しました。

この協定により、市民の健康づくりに取り組むとともに、お金や経済に関する知識や判断力向上のための教育活動など、活力ある個性豊かな地域社会の形成と市民サービスのより一層の向上を目指します。

詳しくは、本政策戦略課(☎22854)へ。

