



フレイル予防の健康相談会

ホーム
ページ



☎ 健康づくり推進課 ☎ 内線3029

フレイルとは、「加齢により、心身が老い衰えた状態」のことを指します。早めの予防で、元の健康な状態に戻していくことが可能です。この健康相談会は、筋肉量や体脂肪率などを測定した後に、理学療法士が測定結果の評価や日常生活の困りごとを踏まえて、運動のアドバイスをを行います。◎希望者は、管理栄養士に食生活の相談もできます。

■日時・会場

- ①9月16日(水)：げんきサロン^{いな}稲
- ②9月17日(木)：げんきサロン藤代
- ③9月25日(金)：ニチガス取手ウェルネスプラザ※駐車料金は自己負担
- ④9月29日(火)：げんきサロン^{とがしら}戸頭西
- ①②④は各日3回開催…14:30～15:00、15:00～15:30、15:30～16:00
- ③は5回開催…13:30～14:00、14:00～14:30、14:30～15:00、15:30～16:00、16:00～16:30

- 対象 65歳以上の方
- 定員 各回先着6人
- 申込 電話：8月17日(月)9:00～※申し込みの際に、氏名、生年月日、身長、電話番号、過去の参加の有無を伺います。
- 締切 各開催日の前日まで

■注意事項

- ▶測定は裸足で行います。ストッキングなどを履いての測定はできません。
- ▶会場内の混雑を避けるため、開始時間の5分前を目安にお越しください。

自分の身体の状態を把握し

健康寿命を延ばしましょう



平和祈念事業にご協力を

☎ 総務課 ☎ 内線1125

8月15日は、「戦没者を追悼し平和を祈念する日」です。戦争で亡くなられた方々を追悼し、平和を祈念するために設けられました。

■黙とうにご協力を

この日は、政府主催の「全国戦没者追悼式」が実施されます。この式典では、先の戦争で亡くなられた方々の冥福と世界の恒久平和を祈念して、12時を合図に1分間の黙とうが行われます。職場や家庭などでもご協力をお願いします。

■「戦争体験記」が市で購入・閲覧できます

悲惨な戦争の記憶を語り継ぎ、平和の尊さを後世に伝えるため、戦争体験記を販売しています。また、取手図書館・常陽建設ふじしろ図書館では閲覧ができます。

- ▶価格 第1集…400円 第2・3集…各150円
- ▶販売場所 総務課、藤代総合窓口課、埋蔵文化財センター

■平和基金への募金ありがとうございました

平成7年から「平和基金」を設け、募金活動を行っています。集まった募金は、世界の恒久平和を目的とした事業などに活用します。

昨年8月から今年7月までに5万3,000円が集まりました。温かいご支援ありがとうございました。今後もご支援とご協力をお願いします。

募金箱は、市内27カ所(金融機関や郵便局、市会計課、取手支所、藤代総合窓口課、取手図書館・常陽建設ふじしろ図書館など)に設置してあります。

雨水浸透施設を設置する方への補助金

☎ 排水対策課 ☎ 内線1541

市は、大雨などによる浸水被害を抑える対策として、住宅など個人の敷地内へ新たに雨水浸透施設を設置する方や、既存の施設を改修する方を対象に、設置費用の一部を補助します。

- 対象者 対象区域に雨水浸透施設を設置する方
- 対象区域 急傾斜地などを除く市街化区域
※区域によっては対象とならない地域があります。

補助限度額 設置費用の2分の1(上限額：15万円)

◎雨水浸透施設の設置基準や申込方法など、詳細はお問い合わせください。

雨水浸透施設とは…浸透枳、浸透地下埋設管により雨水を地下に浸透させるための施設



ホーム
ページ



不燃ごみ(金属類・割れ物)の収集日にご注意ください

☎ 環境対策課 ☎ 内線1419

8月は21日が不燃ごみ(金属類・割れ物)の収集日です

不燃ごみ(金属類・割れ物)の収集日は、毎月第3金曜日です。ごみ袋は、金属類・割れ物専用袋(黄色)を使用してください。

8月は21日(金)が不燃ごみ(金属類・割れ物)の収集日ですので、ごみ出しの際にはご注意ください。

※第3金曜日は、不燃ごみ専用袋(青色)は回収しません。

ホーム
ページ

