

健康づくりで地域が元気になる！

3月4日、「健康づくりで『人・むら・まち』を元気に」をテーマに、健康づくり市民の集いを開催しました。約130人の参加者が講演・実践発表に熱心に耳を傾け、地域での自主的な健康づくりや、介護予防活動の取組みを考える機会となりました。

区民約80人が玄さん元気教室に参加し、筋トレ・ウォーキングなどに励んでいます。顔見知りも増え、区内のコミュニケーションの輪が広がっています。

（下陰区長 西村充春さん）

過疎高齢化が進む区で、世代間交流・健康づくり・役割づくりが急務と、玄さん元気教室を開催。高齢者が筋トレ成果を実感し、喜びの声が聞かれます。

（桑野本区長〔竹野地域〕 三輪博一さん）



合言葉は「誘い合い・触れ合い・支え合い」。集まって、楽しい活動を目指しています。お世話役が会報を手配りし、高齢者の見守りを心掛けています。

（出石町川原 グループさくら 代表 川見祐枝さん）

超高齢化の区で、老人会と連携し、区主催の健康教室を実施。今後は若い世代の参加も呼び掛け、みんなが笑顔で暮らせるよう活動の充実に向け、頑張っていきます。

（西芝区長〔日高地域〕 林 秀喜さん）



参加地区・団体を募集

玄さん元気教室（運動教室）

若い方から高齢者までが気軽に参加できる自主的な健康づくり教室を、地域で開いてみませんか？健康増進課が、地域での自主運営を支援します。

▽回数 週1回

▽内容 元気もん体操、健康講話、体力測定など

元気もん体操

熊本大学教授の都竹茂樹さん監修により作成したスロー筋トレを中心とした体操プログラム

▽支援 6カ月間に8回程度、保健師・栄養士・健康まち



▲元気もん体操の様子

づくり指導員などのスタッフを派遣

▽その他 自主活動に必要な体操のDVDやボール、自動血圧計などを貸与

▽募集団体 年間20団体程度（先着順）

※行政区以外でも、既存のグループや10人以上の団体であれば、応募可能です。

▽申込期間 開始希望月の2カ月前まで（随時）

転ばん隊

「転ばん隊」が地域の会館などに出向き、健康・介護予防に関するお話や体操などを行い、地域の皆さんの「こころと身体」の健康づくりを応援します。



▽期間 4月～平成26年3月までの平日午前10時～午後4時の間の2時間程度

▽対象 介護予防や健康づくりに関心のあるグループや団体

▽内容 健康講話・体操などに記入の上、持参またはファックスで申し込みください。

▽申込方法 出務派遣依頼書に記入の上、持参またはファックスで申し込みください。

▽申込期間 希望日の1カ月前まで（随時）

※日程の都合などにより、希望に添えない場合があります。

《申込み・問合せ》健康増進課 成人保健係

☎ 24-11127
FAX 24-19605

派遣職員	「転ばん隊」テーマ例
但馬長寿の郷理学療法士または作業療法士	「転ばない身体を作ろう」「膝・腰に負担をかけない生活の工夫」「住環境を見直そう」など講話や体操
保健師	「健診のすすめ」「夏場の健康管理」「歩キングのすすめ」などの講話と、レクリエーションや体操の紹介
栄養士	「低栄養にご用心：食事バランス」「骨粗しょう症予防」などの話
臨床心理士	「こころの健康づくり」「認知症、どう関わる？」などの話
歯科衛生士	「健口体操」「お口の手入れ」などの話

平成25年度豊岡市中小企業融資制度 豊岡市環境経済認定事業への融資制度を新設しました

市では、市内中小企業の経営支援のため、中小企業融資制度の充実を図っています。

▽対象 次のいずれかに該当し、市税を滞納していない中小企業者または組合など
①市内に主たる事業所を1年以上有し、同一事業を引き

《問合せ》環境経済課商工係
☎23-44480

②市内に1年以上営んでいる
③市内に1年以上居住し、市内に主たる事業所を有する
ようとしている

〈融資条件〉

	短期融資	長期融資	
融資期間	1年以内	1年超～5年以内 (1年据置可)	5年超～10年以内 (1年据置可)
融資利率	年1.5%	年1.9%(環境経済認定事業は年1.6%)	年1.9%(環境経済認定事業は年1.7%)
資金用途	運転資金・設備資金(環境経済認定事業は設備資金のみ)		
融資限度額	短期・長期合わせて1企業2,000万円		
融資方法	取扱金融機関の定めるところによる。		
信用保証	取扱金融機関が必要と認めるときは、兵庫県信用保証協会の保証を付ける。保証期間は10年以内、保証条件は保証協会の定めるところにより、保証料は、借受人の負担とする。		
担保	無担保(ただし、取扱金融機関または兵庫県信用保証協会が必要と認めるときは、担保を徴することがある)		
保証人	取扱金融機関が必要と認めるときは、連帯保証人を1人以上(法人の場合は、代表者を含む)必要とする。		
取扱金融機関および申込先	但馬銀行、みなの銀行、山陰合同銀行、但馬信用金庫、たじま農業協同組合、兵庫県信用組合		
申込必要書類	①融資申込書 ②市税に滞納がない旨の証明書 ③住民票(申請者および連帯保証人) ④登記事項証明書(申請者が法人の場合のみ) ⑤豊岡市環境経済事業認定書の写し(環境経済認定事業のみ)		
申込期限	平成26年3月31日(月)		

電気式生ごみ処理機購入費の補助

市では、家庭から排出される生ごみの減量を図るため、電気式生ごみ処理機を使って自家処理をする方に対し、購入費の一部を補助します。

▽対象 次の全てに該当する方
①市内に住所を有し、居住している
②過去5年間にこの補助を受

けていない(世帯単位)
③継続して利用の見込みがある
※補助内示前に購入したものは補助の対象となりません。
▽補助金額 購入価格の2分の1
▽補助金上限額 3万円



▽補助枠 60台(1世帯1台限り)
※先着順
▽申込方法 電話またはファックス(住所・氏名・電話番号を記入)で申し込みください。
《申込み・問合せ》生活環境課環境衛生係 ☎23-5304
FAX 23-10915 または各支所市民福祉係

コウノトリ野生復帰学術研究奨励補助

コウノトリ野生復帰に関わる豊岡の自然環境・社会環境をテーマに、卒業論文や修士論文の研究を行う学生に補助を行います。「円山川下流域・周辺水田」がラムサール条約湿地に登録されたことから「湿地の賢明な利用」など限定テーマでの研究も募集します。



▽対象者 大学生または大学院生(グループも可能)で、平成26年2月28日までに報告書の提出が可能な方
▽対象経費

・豊岡までの交通費、市内移動にかかる交通費および宿泊費の2分の1
・事務的経費
・その他市長が認めるもの
▽審査 学識経験者らによる審査会で補助金交付者などを決定
▽応募方法 市ホームページに掲載の申請用紙に記入の上、持参または郵送してください。
▽申込期限 5月15日(水)
▽その他 ホームステイ先や生活用具などに関するサポートも行っています。
《申込み・問合せ》コウノトリ共生課 ☎21-9017

〈補助対象研究・補助金額等〉

補助対象研究	対象	補助金額(上限)	
		補助金額	うち事務的経費
一般テーマ コウノトリ野生復帰を基本とした豊岡の自然環境・社会環境	個人	10万円	1万円
	グループ	20万円	2万円
限定テーマ ア 持続可能な湿地の管理方法 イ 持続可能な有害鳥獣対策 ウ 湿地の賢明な利用方法 (交流・教育・参加・啓発活動等の具体的な手法)	個人	15万円	1万5千円
	グループ	30万円	3万円