



「平成18年 事業所・企業統計調査」

10月1日(日)

10月1日(日)、事業所・企業統計調査を実施します。

この調査は、国や都道府県・市区町村が、これからの行政を考えていくための基礎資料となるものです。店舗や工場、会社など、すべての事業所が調査対象です。

9月下旬から調査員が調査票記入のお願いに皆さんの事業所へお伺いします。時間はあまりおかけしませんので、もれなく記入ください。記入後は調査員が回収にまいりますので協力をお願いします。

なお、お答えいただいた内容は、統計の目的のみに用いられ、その他の用途に使われることはありません。

《問合せ》 商工課商工振興係

総務省統計局・豊岡市

プールで「健康づくり運動教室」

平成18年度 第2期(11月～2月)の参加者募集

市では、中高年の皆さんが運動を始めるきっかけをつくるため、「健康づくり運動教室」と題し、40歳以上の市民の方を対象にして「スイミングクラブ コスパ豊岡」のプール会員の入会金や月会費の一部を助成します。利用しやすい時間のコースを選べますので、関節や筋肉に負担をかけない水中での運動を、日常生活に取り入れてみてください。

- ◇対象 ・40歳以上の市民
 - ・生活習慣病予防や健康づくりのため、運動習慣を身に付けたいと考えている方
 - ・4カ月間継続して施設を利用できる方
 - ・自分で体調管理ができる方
 - ・利用期間の前後に、保健センターで行う簡単な健康チェックや体力測定に必ず参加できる方
- ※過去1年以内にコスパの会員であった方やこの教室に参加経験のある方は対象外とします。

◇場所 スイミングクラブ「コスパ豊岡」(豊岡市三坂町4-15)

◇助成期間 11月～2月 (4カ月間)

◇助成内容 「コスパ豊岡」の入会金および、月会費を利用回数に応じて1千円、2千円、3千円を助成します。

◇申込み コスパ豊岡、市民課、豊岡市保健センターおよび各総合支所健康福祉課窓口にある申込書に必要事項を記入の上、豊岡市保健センターに提出ください。

※各コースの詳細は申込書に添付の応募要項で確認ください。

◇申込期限 10月2日(月)

◇その他 ・場合により、利用開始前に医師の診断書を提出いただくことがあります。
・助成期間終了後は、一般会員として継続することも可能です。

いきいきリーダー研修

参加者募集

一人ではなかなか続かない運動を仲間や地域に広めてみませんか。

◇対象 60歳以上で健康づくりに関心のある方

◇定員 20人程度

◇日時・内容・スタッフ

月日	内 容	スタッフ
10月24日(火)	まずは運動を続けることの大切さを知りましょう	
11月21日(火)	簡単体操で肩こり・腰痛・膝痛の予防	理学療法士 保健師
12月19日(火)	ころばないための体力づくり ～転倒・骨折予防体操～	
1月16日(火)	いつまでも口からおいしく食べましょう ～口の体操～	歯科衛生士 保健師
2月20日(火)	めざせ元気高齢者 ～健康的に食べましょう～	栄養士 保健師
3月20日(火)	運動を継続するためには…	理学療法士 保健師

◇時間 午後1時30分～3時

◇場所 長寿園 (豊岡市幸町10-6)

◇申込期限 9月29日(金)

《申込み・問合せ》 豊岡市保健センター (〒668-0045 豊岡市城南町23-6)

☎24-1127 FAX24-9605 メールアドレス kenkou@city.toyooka.lg.jp