



## コミュニティFM放送局ボランティアスタッフ募集

☎ 企画課企画調整係（市役所2階 ☎23-3331 内線218）  
コミュニティFM放送局開局準備会 秦野さん（☎22-5566）

伊達市・豊浦町・壮瞥町・洞爺湖町で聴くことのできるコミュニティFM放送局が来年4月に開局する予定です。

そこで、放送局開局準備会ではボランティアスタッフを募集しています。

※活動は、皆さんが無理なく手伝える範囲での参加になります。参加回数の制限はありません

### お待ちしております、こんな人

- ラジオの仕事に興味を持っている方
- 自分の知識や技術を活用したい方
- 地域に関わる活動をしたい方
- 意欲を持ってボランティア活動に取り組んでいただける方



### ボランティア内容の例

- 実際にラジオで放送される番組の企画
- 放送番組の音声などの技術的な編集
- パーソナリティやナレーション
- 地域情報の収集
- 放送機材の管理や修理
- イベント時の手伝い など



## 元気あっぷ講演会

☎ 保健センター健康増進係（☎23-3331内線634・638）

介護に頼ることなく健康で暮らすことは、誰もが願うことです。

そこで、市では平成17年度から、心身ともに健康で暮らすことのできるようテーマを設けて「元気あっぷ講演会」を行っています。

今年度は、生活習慣病予防に関係が深い「運動」と「口腔」をテーマに開催します。

### 第1回「運動」

運動不足は、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に近づく要因の1つです。

そうならないため、働き盛りの年代から季節を問わず適切な運動習慣を身につけ、未来に向けたカラダづくりをしていくことが大切です。

日時 12月6日(土) 午後1時～3時30分

場所 市総合体育館

対象 市内在住の20～60歳代の方

定員 100名（先着順）

内容 ● 講演 「未来に向けたカラダづくり」（森川尚雄さん・健康運動指導士）  
● 運動実技・運動施設の見学

参加費 無料

申込期限 11月28日(金)

持ち物 筆記用具、飲み物、上靴、ヨガマットか大きめのバスタオル、フェイスタオル、外靴用袋

### 第2回「口腔保健」

歯や口腔の健康は、全身の健康に深く関わっています。

正しい口腔ケアや最新の歯科医療情報などを学び、日頃のケアを見直してみませんか。

日時 12月13日(土) 午後1時30分～3時30分

場所 市保健センター

対象 市内在住の方

定員 100名（先着順）

内容

● 講演「健康の原点は健<sup>けん</sup>口<sup>こう</sup>にあり！」（榎原典幸さん・日鋼記念病院歯科口腔外科主任科長）

参加費 無料

申込期限 12月5日(金)

持ち物 筆記用具、外靴用袋



## 知っておきたい福祉の話

☎ 社会福祉課障がい者福祉係 (市役所 1階⑧番窓口 ☎23-3331 内線319・320)

### 福祉タクシー・燃料併用助成券を交付しています

市では、重度の障がいのある方の社会参加の促進を図るため、タクシー運賃と自家用車の燃料代の割引が受けられる「福祉タクシー・燃料併用助成券」(12枚綴り年6,000円分)を交付していますので、まだ今年度分を申請されていない方、申請して受け取りにきていない方は早めに手続きしてください。

※1年度につき1回のみ申請です。すでに今年度分を申請し受け取っている方は対象外です

#### 対象になる方

- ①身体障害者手帳1級、2級を交付されている方
  - ②療育手帳Aを交付されている方
  - ③精神障害者保健福祉手帳1級を交付されている方
- ※施設などに入所している方、寝たきり老人等移送サービス事業に登録している方は、対象になりません

#### 利用方法

##### タクシー

市内事業者のタクシーを利用したときに各手帳と併せて助成券をお渡しください。

##### 燃料代

伊達地区石油事業協同組合加盟の市内ガソリンスタンドで自家用車に給油するときに各手帳と併せて助成券をお渡しください。

※給油対象車輦は、本人か介助者所有の1台のみ登録できます

#### 申請手続きに必要なもの

- 各手帳 (身体障害者・療育・精神保健福祉)
- 印鑑
- 自動車検査証 (燃料代として利用する方のみ)



## 「救急医療情報キット(安心キット)」を備えませんか

☎ 高齢福祉課高齢者福祉係 (市役所 1階⑤番窓口 ☎23-3331 内線302・303)  
大滝総合支所 (☎68-6111)

「救急医療情報キット(安心キット)」は、ひとり暮らし高齢者や高齢者世帯などの安心・安全を確保することを目的に配付しています。

かかりつけの病院や服薬内容などの救急情報を専用の容器に入れ、自宅の冷蔵庫に保管しておくことで、万一の救急時に救急隊員がその情報を活用して適切な救急搬送に生かすことができます。

#### どんな人が対象?

ひとり暮らし高齢者や高齢者世帯などで、健康上の不安を抱えている方

※対象者の方以外で希望される方はご相談ください

#### どこでもらえるの?

- 高齢福祉課
- 大滝総合支所

#### 保管場所は?

ご自宅の冷蔵庫で保管してください。

ほとんどの家の冷蔵庫は台所にあるので、キットの場所がどこにあるかがすぐにわかり、駆けつけた救急隊員がすぐに救急医療情報キットを探し出しやすいからです。

また、キットがあることを救急隊員に知らせるために、キットと一緒に配付されたステッカーを玄関ドアの内側と冷蔵庫に貼っておいてください。

