

# スポーツ

## 健康運動教室(ストレッチポール・楽しくストレッチ・シニア元気体操)

ストレッチポール・ストレッチ(伸縮性のある特殊な布)・バランスボールなどを利用し、肩こり・腰痛予防、姿勢改善やウエストの引き締め、骨盤底筋のトレーニング、転倒予防、脳トレを含めたゲームなどを楽しく行う教室です。

コース	日程	時間
①ストレッチポール	9月2日(金) 9日(金) 16日(金)	10時20分～11時 11時20分～12時
②ストレッチポール 自重トレーニング	9月10日(土) 24日(土)	10時30分～ 11時30分
③楽しく ストレッチーズ	9月7日(水) 17日(土) 28日(水)	
④シニア元気体操	9月13日(火) 9月27日(火)	13時30分～ 14時30分

場所 滝川市スポーツセンター  
第1体育館 会議室  
対象 ①③18歳以上 ④60歳以上  
定員 ①各回8人、②④各回10人

受講料(1回当たり) ①300円 ②④500円

※受講料は当日に徴収します。  
申込方法 開催日前日までに、窓口または電話でお申し込みください(火)土曜日9時～17時/祝日を除く。

滝川市スポーツ協会TEL23-4617

## 第2期元気アップ教室

いろいろな運動や遊びを行い、スポーツを行ううえでの土台づくりを楽しむ学びます。

コース	日程	対象(誕生日・学年)	定員
①6歳	10月5日～3月8日 (隔週水曜日)	H28年4月2日～ H29年4月1日	4人
②1年生		小学1年生	1人
③4歳	10月7日～3月10日 (隔週金曜日)	H30年4月2日～ H31年4月1日	7人
④2年生	10月13日～3月16日 (隔週木曜日)	小学2年生	6人

※5歳コースについては今回の募集はありません。  
時間 ①③15時30分～16時30分 ②④16時45分～17時45分  
場所 滝川市スポーツセンター  
第1体育館  
受講料 会員15,000円、

会員外16,000円  
※2回分割払い可

申込開始 9月21日(水) 9時  
申込方法 受講料を持参のうえ、窓口で直接お申し込みください(火)土曜日9時～17時/祝日を除く。

滝川市スポーツ協会TEL23-4617

## 生活

### 交通事故巡回相談

北海道の専門相談員による交通事故相談を行います(相談料無料)。  
日時 9月28日(水) 13時～15時  
場所 市役所3階 301会議室  
申込期限 9月21日(水)  
※必ず事前にお申し込みください。

### ごみの野焼きや不法投棄は禁止です

野外でのごみ焼却(野焼き)や一定の構造基準を満たしていない焼却炉でのごみ焼却は法律で禁止されています。  
焼却による悪臭や煙などにより周囲の住民に迷惑をかけるだけでなく、ダイオキシン類などの有害物質発生の原因にもなります。

### 滝川駅前には防犯カメラを設置しました

犯罪の防止と事件・事故の早期解決のため、駅前には防犯カメラを設置しました。

### マイナンバーカードは9月末までの申請をすすめします

令和4年9月末までにマイナンバーカードの申請をした方が、マイナポイントの対象となります。まだ、マイナンバーカードをお持ちでない方は、お早めに申請することをおすすめします。  
市民課マイナンバーカード交付円滑化推進室TEL28-8014

## たきかわクリーンデー(秋)

町内会・事業所・学校などの団体で、地域のごみを拾う清掃活動にご協力ください。  
実施期間 10月1日(土)～30日(日)  
参加方法 ぐらし支援課(市役所3階)5番窓口または江部乙支所窓口で参加登録を行ってください。団体名、連絡先、参加予定人数が必要です。ごみ袋(ポランティア袋)は必要に応じて登録受付時に配付します。

集めたごみは分別してポランティア袋に入れ、ごみの種類に応じて地域で決められた収集日(ご家庭の収集日・収集場所)に出してください。  
※道路の落ち葉は土木課へお問い合わせください。  
ぐらし支援課TEL28-8013、江部乙支所TEL75-2131



# 福祉



## 献血にご協力を

お願いします

日時・場所 9月16日(金) 9時30分～11時 札幌方面滝川警察署(緑町) 12時30分～14時 滝川中央病院(朝日町) 14時30分～16時30分 佐藤病院(泉町)  
関福祉課TEL28-8024



## 重度心身障害者医療費助成制度の助成対象者の拡大について

後期高齢者医療制度における制度改正に伴い、重度心身障害者医療費助成制度の対象者を拡大します。

対象者 重度心身障害者医療費助成制度の資格をお持ちの方のうち、後期高齢者医療保険に加入している方で、10月1日より窓口負担割合が2割となる方  
助成内容 健康保険適用分の医

療費の1割  
※医療費助成の対象範囲や限度額等については既存の制度から変更ありません。

その他 すでに重度心身障害者医療費助成制度に申請し資格を取得済みの方を対象としているため、新たに申請する必要はありません。対象者には9月中旬に受給者証を送付しますので、10月以降医療機関等を受診する際は保険証と合わせて会計窓口へ提示してください。

### 非課税世帯等への給付金手続きはお済みですか

今年6月下旬ごろに「住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金」の支給要件確認書が届いた方で、まだ確認書の返送などの支給手続を終えていない方は、返送期限が近づいていますので、ご注意ください。

なお、この給付金を未受領で、次の①か②に該当する世帯は、期限までの申請により支給対象となる場合がありますので、住民票所在市町村の給付金担当までお問い合わせください。(課税者の扶養に入っている場合などは支給対象となりません。)  
①今年2月ごろに支給要件確認書が届いた世帯で、支給要件確



# 健康



## 特定保健指導をご利用ください

健診結果をもとに、一人ひとりにあった生活習慣改善のポイントを分かりやすく説明します。  
日時 保健センター開庁日のうち、ご希望の日時で調整します(30分程度)。  
場所 保健センター  
対象 40～74歳の国民健康保険加入者で特定健診を受診した方  
のうち、特定保健指導の対象者



認書を返送されていない世帯  
②令和4年度の住民税が課税の世帯であっても令和4年1月以降の収入が新型コロナウイルス感染症の影響により住民税非課税相当の収入に減少した世帯(家計急変世帯)  
返送(申請)期限 9月30日必着  
関福祉課TEL28-8011

# その他

## 令和4年就業構造基本調査を実施します

総務省統計局では、10月1日現在で就業構造基本調査を実施します。この調査は、国民の普段の就業・不就業の状態を細かく調べることで、雇用政策や経

### 料理づくりのついで

日時 9月30日(金) 10時～12時  
場所 まちづくりセンター  
内容 いろいろな食品を使い、「低栄養」状態を予防するバランスの良い食事をつくります。  
対象 65歳以上の市民  
定員 9人  
参加料 300円  
持ち物 マスク、エプロン、三角巾、飲み物、筆記用具  
申込期限 9月28日(水)  
申込方法 保健センター窓口または電話でお申し込みください。  
関保健センターTEL24-5256

## 滝川市敬老事業のお知らせ

滝川市の敬老事業として、市内の対象となる高齢者に対し、祝状および祝品を贈呈します。対象  
◆今年88歳になられる方(昭和9年1月1日～昭和9年12月31日生まれの方)  
※9月1日～16日ごろに、民生委員と市職員の2人で訪問予定  
◆今年度100歳になられる方(大正11年4月1日～大正12年3月31日生まれの方)  
※9月中旬ごろに訪問予定  
関滝川市敬老事業実行委員会(介護福祉課)TEL28-8028