

広げよう 地域に根ざした思いやり 民生委員・児童委員は地域の身近な相談相手

生活に困ったり、支援を求めるとき、「どこに」「誰に」相談したらよいのか分からぬということはありませんか。

民生委員・児童委員は、そんなときに頼りになる身近な相談相手です。

にかほ市では、現在84人の民生委員・児童委員（定数86人）が厚生労働大臣からの委嘱を受け、無報酬で活動しています。

あなたの地域にも担当の委員がいます

児童福祉法により、民生委員は児童委員を兼ねています。主任児童委員6人を除く78人の委員には、一人ひとりに担当する地域が定められており、市内全域を分担して活動しています。各委員は、担当する地域で福祉に関する幅広い相談を受けており、相談内容に応じて、関係機関を紹介したり、情報を提供しています。

秘密は守られます 安心してご相談ください

民生委員・児童委員には、法律により、秘密を守る義務が課せられています。相談内容が他人に漏れることはありませんので、安心してご相談ください。

民生委員・児童委員に関する問合先

福祉事務所 福祉課 ☎ 32-3034



『にかほ市生涯学習・社会教育計画策定委員会』委員を募集します

市教育委員会では、まちづくりの基本理念「夢あるまち 豊かなまち 元気なまち 住みたいまち にかほ」のもと『人と文化が豊かなまち』を教育施策の基本方針とし、生涯学習・社会教育推進の指針となる計画を策定します。子どもや人材の育成、生涯学習の環境づくりにご意見を活かしてみませんか。

募集要項

- 募集人数** 生涯学習、読書推進、芸術文化、文化財保護の部門ごとに1人の計4人
- 応募資格** 市内に在住している満18歳以上の方で、平日日中に開催する会議に出席可能な方
- 応募方法** 応募先窓口または、市ホームページで指定書式を取得し、記入してください。
- 応募期限** 5月15日(月) 午後5時必着
※ 応募指定書式は、応募先窓口のほか仁賀保・象潟公民館にも備え付けています。
- 応募・問合先** 教育委員会 生涯学習課（金浦公民館内）☎ 38-2171 FAX 38-4925
郵送 〒018-0311 にかほ市金浦字南金浦49-2 ※持参可
E-mail kyouiku-sg@city.nikaho.lg.jp

こんなときは相談してください

- ◆高齢者一人暮らしで生活に不安がある
- ◆福祉サービスの制度や窓口がわからない
- ◆病気やけがで生活に困っている
- ◆身体に障がいがあるので災害時の避難行動が不安
- ◆育児や子どものしつけで悩んでいる
- ◆児童虐待・高齢者虐待が疑われる世帯がある
- ◆高齢者宅に郵便物や新聞がたまっていて安否が心配

5月12日は民生委員・児童委員の日

民生委員制度が誕生するきっかけとなった日にちなみ、毎年5月12日は「民生委員・児童委員の日」に定められました。

その日から1週間は民生委員を知つもらうための活動強化週間とされており、市内の委員の皆さんも地域でのあいさつ運動などPR活動を行っていますので、ぜひ気軽にお声をかけてください。

あなたも参加してみませんか？ 介護予防の教室

年齢を重ねても、元気に自分らしく暮らすことはみんなの願いです。

現在の心身の状態を維持し、より一層いきいきと毎日が過ごせるように、地域包括支援センターでは介護予防の教室などを通じて高齢者の元気づくりを応援していきます。今年度は総合事業として、以下のとおり実施します。

介護予防・生活支援サービス事業

- ◆基本チェックリストで該当した方が参加できる事業となります。

通所型専門的指導事業

事業名	内 容	時 間	場 所	担 当
パワーアップ教室 (週1回計12回コース)	筋力トレーニング マシンを使用	13:30～15:00	スマイル	理学療法士、作業療法士等
脳ハッスル教室 (計8回コース)	認知機能の低下予防教室	10:00～11:30	スマイル	保健師等
おいしく噛みんぐ教室 (計6回コース)	栄養改善とお口の健康の教室	10:00～11:30	スマイル	在宅管理栄養士、在宅歯科衛生士等

訪問型専門的指導事業

事業名	内 容	時 間	場 所	担 当
さわやか運動訪問 栄養改善訪問 お口の訪問 生きがい支援訪問	専門家による3回コースの訪問指導	ご都合に合わせて	自宅	保健師、管理栄養士、歯科衛生士、看護師、リハビリテーション職等

一般介護予防事業

- ◆65歳以上であれば基本的に誰でも参加できる事業

事業名	内 容	時 間	場 所	担 当
まめだが教室 (週1回計12回コース)	トレーニングマシンや体操を含めた運動	10:00～11:30	(有)エフツーゾーン	運動指導者等
いきいき運動教室 (週1回計12回コース)	ストレッチ体操や筋力アップ体操	13:30～15:00	象潟保健センター エニワン、スマイル	健康運動指導士等
シルバー世代のトレーニングマシン開放日	スマイルにあるトレーニングマシンを開放する日を設けます。 詳しくは、4月15日号広報11ページを参照ください。			

※どの事業も利用者の身体状況や既往歴により、事業の利用をお断りする場合もあります。

教室の詳細、開始時期等のお問い合わせ・お申し込みは下記までご連絡ください。

申込・問合先 福祉事務所子育て長寿支援課 地域包括支援センター ☎ 32-3045



アナコータス市訪問団員募集

アメリカ・アナコータス市との交流事業
SISTER CITY PROGRAM

姉妹都市アメリカ・ワシントン州・アナコータス市への訪問団員を募集します。

■募集対象	市内在住の中学生1・2年生
■募集人員	12人
■訪問日程	8月1日(火)～8日(火) ※予定
■選考方法	作文と面接
■申込期限	5月9日(火)


