



楽しく運動をして生き生きと健康生活

いつまでも元気で生き生きと温泉施設で高齢者健康教室を開催しています

寒くなるこの時期、家に閉じこもりがちになり、運動不足になっていませんか。

市は、一人一人がいつまでも元気に暮らせるよう、介護予防を目的として、左下の表に記載する市内4カ所の温泉施設で、高齢者健康教室を開催しています。

教室では、体操、フラダンス、ヨガ、グラウンドゴルフ、ノルディックウォーキングなど、介護が必要な状態とならないための運動メニューを実践しています。運動した後は、ゆったりと

## 高齢者健康教室の実施設

| 地区   | 施設名          | 電話番号    |
|------|--------------|---------|
| 西根地区 | 岩手山焼走り国際交流村  | 76-2013 |
|      | 西根老人憩の家      | 77-2573 |
| 松尾地区 | 自然休養村 なかやま荘  | 78-3132 |
| 安代地区 | 綿帽子温泉館 あずみの湯 | 72-6811 |

温泉でくつろぎ、おいしい食事をご堪能ください。

▼対象者 65歳以上の人(付き添いの人も可)

▼参加費 無料(食事代・入浴料は別途必要です)。

▼送迎 バスの無料送迎を行っています。

▼開催日 各施設に直接問い合わせください。

# 福祉 NETWORK

## 子育てNEWS

地域福祉課児童福祉係 ☎・内線1102

### 市内の保育所(園)の入所申請を受け付けます

市は、平成30年度保育施設の入所申し込みを受け付けます。入所(園)を希望する場合は、期限内に手続きをお願いします。

すでに入所(園)している児童は、各施設から現況届と就労証明書の用紙などを配布しますので、各施設に書類を提出してください。

■受付期間 30年1月4日(木)から19日(金)まで  
※申請用紙などは、**12月18日(月)から**市役所地域福祉課、西根・安代両総合支所、田山支所および各保育所(園)に備え付けます。

■保育を必要とする理由 保護者が次の①～⑧のいずれかの理由に該当している必要があります。

① 1カ月60時間以上働いている。② 妊娠中または出産後間もない。③ 病気や心身に障がいがある。④ 病気の人や心身に障がいがある人などを看護・

介護している。⑤ 火災や風水害などで被害を受け、その復旧のため家庭で保育できない。⑥ 求職活動を継続的に行っている。⑦ 就学または職業訓練を受けている。⑧ ①から⑦までに類する場合で、保育が必要と認められる場合。

#### ■保育時間

▶ 保護者の就労時間などが1カ月120時間以上の場合…保育標準時間(1日11時間までの利用)

▶ 保護者の就労時間などが1カ月60時間以上の場合…保育短時間(1日8時間までの利用)

#### ■30年度保育所(園)の募集定員

|    | 施設名    | 定員   |
|----|--------|------|
| 公立 | 寺田保育所  | 60人  |
|    | 松野保育所  | 100人 |
|    | 寄木保育所  | 60人  |
|    | 柏台保育所  | 45人  |
|    | 田山保育所  | 50人  |
| 私立 | 東慈寺保育園 | 60人  |
|    | 杉の子保育園 | 90人  |
|    | 森の子保育園 | 45人  |
|    | 平館保育園  | 90人  |
|    | 大更保育園  | 100人 |

|    | 施設名          | 定員  |
|----|--------------|-----|
| 私立 | あしろ保育園       | 50人 |
|    | 畑保育園【地域型保育所】 | 12人 |

#### 注意事項

▶ 延長保育、休日保育、一時保育などは、備え付けの「入所申込案内」をご覧ください。

▶ 申し込みが多い場合、入所調整を行います。