

かると

生活習慣を見直してみませんか 『からだ元気会』のご案内

健康に過ごすためには、ふだんの生活習慣が大切だと実感はしていても、長く続かなかつたり、自分に合った方法がわからなかつたりといったことはありませんか。

『からだ元気会』は、運動や食生活などについて話し合いや体験を通して、自分に合った方法を見つけていく教室です。

一緒に楽しく学んでみませんか。
▼日時 8月20日(金)、27日(金)、9月3日(金) 10時～12時(9月3日(金)は12時30分まで)

▼場所 鷺別公民館
※11月にしんた21でも行います。

▼対象 40歳から69歳までの方で、基本健康診査や人間ドックなどでコレステロール・血圧・血糖値の高かつた方
●なるべく3回通して参加できる方

▼定員 10人(申込順)
▼内容 グループによる話し合い、食事や運動に関する実技・体験など

※詳しくはお問い合わせください。
▼申し込み 8月3日(火)から13日(金)までに電話で健康推進課(しんた21内 ☎01100)

ご利用ください

市職員出前フリートーク



『市職員出前フリートーク』は、市職員が少人数(5人～20人程度)のグループのもとへお伺いし、まちづくりや身近な課題などについて、気軽に懇談するものです。

ごみの問題や税の申告のしかた、健康保険、年金、子育て、健康づくりなど生活上必要なさまざまなメニューを用意しています。

懇談を希望する方は、事前にお申し込みください。

申し込み

情報推進課(広報広聴)
(☎06586)

Eメール pr@city.noboribetsu.hokkaido.jp

メニュー	内容	担当課
まちづくり基本条例について	まちづくり基本条例に関する情報提供などについて	企画課
男女共同参画について	男女共同参画の理念や必要性について	総務課
情報公開などについて	情報公開条例の概要について 個人情報保護条例の概要について	総務課
登別市の行政改革	これまでの行政改革の取り組みや新行政改革実施計画について	行政管理課
知っていますか税金のしくみ	税金の種類、税計算のしかた、税の申告のしかたについて	税務課
市・道民税の課税制度が改正されました	均等割、年金課税、土地譲渡益・株式譲渡益課税の見直しについて	税務課
登別市の財政状況	16年度予算の概要や市の予算の仕組み、決算状況の推移などについて	財政課
『使い捨て社会』から『循環型社会』へ	ごみの現状、ごみの分別、ごみの減量とリサイクルなどについて	環境資源課
国民健康保険について	国民健康保険税、届け出、国民健康保険税の口座振替、退職者医療制度、短期人間ドック・脳ドックなどのヘルスパイオニアタウン事業、高額療養費などについて	保険年金課
国民年金制度について	国民年金の各種制度について	保険年金課
医療費助成制度について	医療費の各種助成制度について	保険年金課
子育て支援について	育児相談・指導や子育て不安の軽減について	児童家庭課
生活習慣病の予防と健康づくり	食生活改善などの健康指導について	健康推進課
人にやさしい住まいのリフォーム融資制度	マイホームの改良や自宅のバリアフリー改良、新エネルギー関連設備を設置するための融資制度について	商工労政課
勤労者特別融資制度	生活・教育資金などの融資制度について	商工労政課
起業化支援事業補助制度	新たな地場産品の創出や新たな技術の事業化、新たなサービスの提供などを行う起業家の事業計画に対し、経費の補助やアドバイザーの派遣などの総合的な支援について	商工労政課
新産業創造活動事業補助制度	中小企業者などで組織する組合や団体が行なう、新技術や新製品、新サービスを創出するための研究や技術開発などに対し、経費の一部を補助する制度について	商工労政課
アダプトプログラム(里親制度)	公園や道路などの公共施設のアダプトプログラム制度について	管理課
まちづくりアクションプラン	土地利用や交通、公共施設などの『都市計画マスタープラン』、町並みや自然景観などの『景観形成基本計画』、緑地・公園などの『緑の基本計画』について	都市計画課
あなたが主役生涯学習	自己の充実と向上を目指す生涯学習について	社会教育課
市民マイプラン講座	生涯学習に取り組むサークルなどへのサポートについて	社会教育課
給湯設備配管の腐食対策	給湯設備の漏水や腐食防止対策について	水道工務課

※このほかにも、希望するテーマに応じて情報提供や懇談を行います。
※会場の手配や設営は、申し込みをされた方に行っていただきます。