

# うきは市子ども・子育て会議の委員を募集

市では「あたたかい家庭と地域のふれあいの中で子どもが健やかに育つまち」を基本理念とした「うきは市子ども・子育て支援計画」に基づき、子育て支援事業を推進しています。教育・保育・子育て支援等の関係団体のほか、広く市民の皆さんの意見を反映させるため、うきは市子ども・子育て会議の委員を次のとおり募集します。



◇募集人数 2名

◇対象者 次のすべてに該当する人

- ①市内居住者（住民登録者）
- ②小学6年生までの児童がいる保護者
- ③子育て支援に理解と関心のある人
- ④平日の日中に開催する会議に出席可能な人

◇任期 3年（委嘱の日から令和4年9月末まで）

◇会議 今年度は計画策定のため、年4回開催予定

◇報酬 市の規定により支給

◇申込方法 9月30日（月）までに応募申込書に必要事項を記入し、福祉事務所子育て支援係まで郵送またはご持参ください。

\*申込書は子育て支援係またはうきは市民センター（浮羽市民課）窓口、市ホームページから入手できます。

●申込み・問合せ先

〒839-1393 うきは市吉井町新治316番地 福祉事務所 子育て支援係 TEL 75-4961



## ロコモ（ロコモティブシンドローム）予防教室

「運動は苦手だけど大丈夫かな・・・」と不安に思っている人も心配無用です。個々の体力に応じて運動方法を支援します。アリーナのジムを利用した事がない人、運動習慣がない人や痛みに悩んでいる人もぜひ、運動のきっかけを作ってみませんか。



◇日程 10月3日（木）～12月19日（木） ※全10回（木曜日開催）

開催日時	内容	開催日時	内容
10月3日	開講式・体力測定（前）	11月14日	歯科衛生士さんのおはなし
10月10日	ロコモティブシンドロームとは？ トレーニングを始めてみよう！	11月21日	病気を知って予防しよう！
10月17日	ジムの機械を知ろう！	11月28日	日常生活に活用しよう！うき8体操
10月24日	管理栄養士さんのおはなし	12月12日	体力測定（後）
11月7日	痛みの原因ってなんだろう？	12月19日	閉講式

※10月10日、24日、11月14日は講話がメインとなります。

◇時間 13時30分～15時30分 ◇会場 うきはアリーナ

◇対象 65歳以上の人 ◇定員 10名

◇参加費 1,000円（全10回分）

●申込み・問合せ

9月19日（木）までに保健課 地域包括支援係（TEL75-4105）へお申し込みください。定員になり次第締め切ります。これまでに受講修了された人は参加できませんので、ご了承ください。申し込まれた人には後日、詳細をご案内します。

