

## ヘルスマイト(食生活改善推進員)養成講座受講者募集!

問保健センター ☎52-4999

ヘルスマイトとは、『私達の健康は私達の手で』をスローガンに食生活の改善や健康づくり活動を推進するボランティアです。地域の皆さんへの食育アドバイザーとして、元気で活力のある町づくりの推進力となっています。今年度、下記の日程でヘルスマイト養成講座を開催します。講座終了後は学んだことを活かして、地域のボランティア活動に参加してみませんか。食や健康に興味のある人はぜひお申込みください。

### ■受講料

2,000円(調理実習費4回分)

### ■対象

健康づくりに関心がある町民(年齢、性別は問いません)

※講座終了後、ヘルスマイトとして地域の食育活動に参加できる人

### ■募集人数 概ね15人

### ■場所

西田布施公民館

※初回のみ保健センター(役場西側)

### ■申込期限 9月30日(月)

### ■申込み・問合せ先

保健センター ☎52-4999

### ■日時(全5回 9時30分~午後2時30分)

10月23日(水)	開講式 ヘルスマイトと健康づくり
11月27日(水)	食事バランス、調理実習
12月18日(水)	食品衛生、調理実習
1月22日(水)	生活習慣病予防、調理実習
2月19日(水)	閉校式 ヘルスマイト活動紹介 調理実習

※全日程を終了した人に、修了書をお渡しします。欠席の場合は、補講を行うこともできますのでお気軽にご相談ください。

## 『たぶせ健康マイレージ』に参加しましょう!

『たぶせ健康マイレージ』は町民の皆さまの健康づくりを応援する取り組みです。

『けんしん』を受け、健康づくり活動への参加や生活改善に向けた取り組みを行うことでポイントを獲得し、参加賞と交換できます。

### ■実施期限

令和7年3月31日(月)

### ■対象者

18歳以上で田布施町に在住、在勤の人

### ■参加賞

- ・体重の変化や健康の実践の記録ができる『健康ノート』
- ・やまぐち健康マイレージ協力店に提示すると、割引などのサービスが受けられる『特典カード』など

※協力店などの一覧は、『健康やまぐちサポートステーション』ホームページ(右記QRコード)で確認してください。



### ■参加方法

#### ◇スマートフォンアプリでの参加

- ①『やまぐち健幸アプリ』をインストールします。
- ②『けんしん』の受診や健康づくりなどに取り組み、ポイントを貯めます。
- ③ポイントが貯まったら、アプリを保健センターでご提示ください。

#### ◇チャレンジシートでの参加

- ①チャレンジシートは回覧にて各戸配布します。お持ちでない人は、保健センター・健康保険課・各公民館などに備付けのチャレンジシートを受け取ってください。
- ②『けんしん』の受診や健康づくりなどに取り組み、35ポイントを貯めます。
- ③チャレンジシートを保健センターに提出してください。

### ■問合せ先

保健センター  
☎52-4999

## 男性の料理教室のご案内 ～田布施町食生活改善推進協議会～

男性同士で家庭料理の基礎を身につけて、自分自身で『作る喜び』を味わってみませんか？初めての人も気軽に参加ください。



### ■日時

8月30日(金)

午前9時30分～午後0時30分

### ■場所

西田布施公民館

### ■持参物

材料費500円、エプロン、三角巾、筆記用具、マスク

※実習中はマスクの着用をお願いします。

### ■対象者

田布施町在住の男性

### ■申込期限

8月26日(月)

### ■申込み・問合せ先

保健センター

☎ 52・4999

## 今年度も『たぶせ敬老イベント』を支援します

高齢者が参加しやすい敬老イベントの開催をしませんか。既存の団体や、町民のグループによる自主的な企画で、地域の皆さんと高齢者がお互いに支え合い、つながりを深める敬老イベントを町が支援します。

### ■対象となるイベント

10～30人程度の参加対象者(75歳以上)を招いた敬老イベント

※参加対象者とは田布施町住民基本台帳に記載された9月1日現在で75歳以上の人

### ■敬老イベント実施期間

9月1日(日)～11月30日(土)

### ■助成内容(令和5年度から変更あり)

今年は、参加対象者の人数に2,500円を乗じた額を補助します。

※イベントに要する経費が上記の額を下回る場合は、その経費が補助金の額となります。

※参加対象者は1つのイベントへの参加に限ります。

### ■申請受付期間

8月1日～

### ■申請方法

健康保険課長寿支援係(1階⑦窓口)に備付けの『たぶせ敬老イベント事業補助金申請書および事業計画書(イベントの実施内容や日程、団体の代表者、参加予定者名簿など)』に必要事項を記入し提出してください。なお、申請書の様式は町のホームページにも掲載しています。詳しくはお問い合わせください。



### ■申請・問合せ先

健康保険課 長寿支援係 ☎ 52-5809

10月6日(日)開催!

## 『2024 サザンセット・ロングライド in やまぐち』参加者募集!



### ◇日時

10月6日(日) 午前6時15分～順次スタート

### ◇発着地

アデリーホシパーク(柳井ウェルネスパーク)

### ◇募集人数/距離

- ・ロングライドコース 900人/125km
- ・ショートコース 200人/70km

### ◇申込締切 9月8日(日)

◇コース 柳井市と周防大島町、上関町、平生町、田布施町の4町を巡ります。

※ショートコースは周防大島町は通過しません。

### ◇参加費(消費税および傷害保険料を含む)

ロングライドコース 12,000円/ショートコース 8,000円

※申込後の取り消しや荒天に伴う大会中止などの場合、参加費は返金しません。

◇問合せ先 サザンセット・ロングライド in やまぐち実行委員会(柳井商工会議所) ☎ 0820-22-3731

※参加資格などについての詳細は、大会公式ホームページ(上記QRコード)でご確認ください。

