

「申請書」「確認書」の提出期限は10月31日(火)です

電力・ガス・食料品などの価格高騰緊急支援給付金

電力・ガス・食料品などの価格高騰による負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい住民税非課税世帯などに対して、給付金を支給します。

※1月2日以降に転入した方、令和5年度住民税が未申告の方、住民登録外課税の方を含む世帯は申請が必要です。

住民税非課税世帯

対象▼6月1日時点で東金市に住民登録があり、世帯全員の令和5年度分の住民税均等割が非課税の世帯

申請方法▼「支給のお知らせ」が届いた世帯に8月18日(金)に記載の口座に振り込み(手続き不要) / 「支給要件確認書」(対象世帯へ7月18日に送付済み)が届いた世帯に支給要件確認書を返送

家計急変世帯

対象▼申請日時点で東金市に住民登録があり、予期せず1月から9月までの収入が減少し、住民税非課税世帯と同様の事情にあると認められる世帯

申請方法▼申請書に必要な書類(収入が確認できる書類などを添付して申請)

共通事項

※世帯全員が住民税が課税されている方の扶養親族など

利用証を交付しています

ちば障害者等用駐車区画利用証制度

障がいなどで歩行が困難な方を対象に、公共施設や商業施設などに障害者等用駐車区画が設置されています。

市では、この区画を利用するために必要な利用証を交付しています。

対象▼①障がいのある方②難病患者③けが人など④要介護者(高齢者など)⑤妊産婦

※具体的な基準などはお問い合わせください。

申込・問い合わせ

①③② 社会福祉課
☎(50)12332



- ④ 高齢者支援課 ☎(50)1219
- ⑤ 健康増進課 ☎(50)1234

介護予防講演会「元気に動ける体づくり」

歩行や握力の能力が高いほど要介護状態になりにくく、この研究結果が報告されています。日常動作をスムーズに行うためには、運動や日常生活で体を動かし、食事から必要な栄養をとるといった、筋力を落とさない体づくりが重要です。

城西国際大学薬学部の酒井健介教授による「筋肉づくり」に効果的な食べ物」「運動と食事のタイミング」など、食事(栄養)についての講演会を行います。

運動の効果高め、筋肉にも意識した食事(栄養)について考えてみませんか。



市ホームページ

きこえない人ときこえる人を「電話」でつなぎます

電話リレーサービス

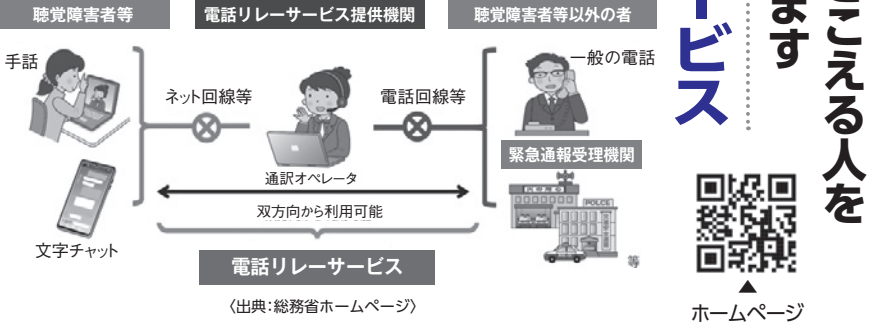
聴覚や発話に困難がある方と聞こえる方を、通話オペレーターが手話・文字と音声とを通訳することにより、24時間365日、電話で双方向になくサービスです。

役立つ場面の例

緊急通報、仕事のやりとり、病院への連絡、友人との会話

問い合わせ▼(二財)日本財団電話リレーサービス(総務大臣指定機関)

☎03(6275)0912
☎03(6275)0913
FAX 03(6275)0913
HP info@nfrs.or.jp
https://nfrs.or.jp/



ホームページ

せっかく運動するなら、食事にもこだわってみませんか

「通いの場」効果検証

市では、東金市ロコモ体操をきっかけとした「通いの場」づくりを進めており、その効果を城西国際大学と連携して検証します。体力測定と事前アンケートに協力いただける方を募集します。

今の「カラダ」の状態を知るためにも、参加してみませんか。

とき▼10月7日(土)・8日(日)①午前9時30分②午前11時③午後1時30分④午後3時

ロコモ体操をきっかけとした「通いの場」効果検証

市では、東金市ロコモ体操をきっかけとした「通いの場」づくりを進めており、その効果を城西国際大学と連携して検証します。体力測定と事前アンケートに協力いただける方を募集します。

今の「カラダ」の状態を知るためにも、参加してみませんか。

とき▼10月7日(土)・8日(日)①午前9時30分②午前11時③午後1時30分④午後3時

※各回90分程度です。
ところ▼城西国際大学体育館
対象▼市内在住の65歳以上の方
測定項目▼身体測定、握力、片足立ち、立ち上がりテスト、10m歩行速度など
定員▼先着200名
持ち物▼体育館履き(靴下着)



どんな食事がいい?

いつ運動すると効果的?

お知らせ 農業委員と農地利用最適化推進委員が決定

任期満了に伴い新しい農業委員および農地利用最適化推進委員が決まりました。

- ◆**農業委員(敬称略)**
- 市内全域の農地法の許可申請の審査や、農地利用最適化推進委員と連携して担い手への農地集積を推進する活動を行います。
- 会長▼吉井亨
会長職務代理者▼平山光子
委員▼秋山美徳/池田繁雄/石井政樹/市原勉/片岡孝/子安明宏/斉藤ひろ子/篠崎輝武/戸田敏一/中田好一/農宮弘子/野口哲由/細谷修

- ◆**農地利用最適化推進委員(敬称略)**
- 担当地区で、担い手への農地集積の現場活動を行います。
- 委員(担当地区)▼小野康雄(東金、東上宿、南上宿、東岩崎、東新宿、日吉台、八坂台、台方、大豆谷) / 工川全人(田間、田間二丁目、田間二丁目、田間三丁目) / 遠山喜代志(北之幸谷、堀上、川場、押堀) / 今関弘(求名、道庭) / 葛岡和彦(家之子) / 鎗田裕(松之郷) / 豊田淳(上布田、極楽寺、滝沢、酒蔵、三ヶ尻) / 増田作能(油井、小野) / 富田達雄(山田、滝、丹尾、季美の森東、丘山台) / 細谷秀一(山口、田中) / 林義夫(福俵、西福俵) / 渡邊康平(広瀬、関下、大沼、幸田、北幸谷、細屋敷、藤下飛地、不動堂飛地、西野飛地、栗生飛地) / 小倉ゆう子(宿、荒生、薄島、家徳) / 佐瀬芳彦(上武射田、下武射田、土農田、東中) / 鈴木賢治(菱沼、二又、前之内) / 田中洋一(関内、堀之内、宮、三浦名、御門、高倉殿廻、中野、白幡飛地、田中荒生飛地、小関飛地) / 塚本房男(小沼、田、大沼田、一之袋、二之袋、砂古瀬、依古島) / 渡辺博之(下谷、東中島、上谷、西中)

問い合わせ▼農業委員会事務局
☎(50)1177



用、タオル、飲み物、アンケート、参加同意書

※脱ぎ着しやすく運動できる服装でお越しください。

申込方法▼電話または窓口で申し込み

申込・問い合わせ▼高齢者支援課 ☎(50)1165

