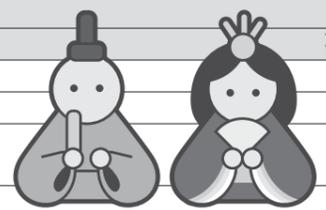


ゆとりすと

カレンダー 3月・4月

3月 弥生 March

1	水	ふれあいデイ (ふれあいセンター) 10:30~14:30	
2	木		
3	金	よちよち~ひなまつり*~ (ふれあいセンター) 10:00~12:00	桃の節句
4	土		
5	日		啓蟄
6	月		
7	火		
8	水	無料法律相談・行政相談 (ふれあいセンター) 10:00~12:00 立川無医地区診療	
9	木		
10	金		
11	土		
12	日	大豊町中学校卒業式	
13	月		
14	火		
15	水	ふれあいデイ (ふれあいセンター) 10:30~14:30	
16	木	いくちゃんのはつらつ健康運動教室 (農工センター) 18:30~20:00	
17	金		彼岸入り
18	土		
19	日		
20	月	春分の日	彼岸
21	火	久寿軒無医地区診療	
22	水		
23	木	おおとよ小学校卒業式	彼岸明け
24	金	小中学校修了式 大杉保育所卒園式 9:30~ 豊永保育所卒園式 10:00~	
25	土	大田口保育所卒園式 10:00~	
26	日		
27	月		
28	火	西峰無医地区診療	
29	水		
30	木	献血 (大豊町役場) 9:45~12:00・(大杉中央病院) 14:00~15:45	
31	金		



4月 卯月 April

1	土	豊永保育所入所式 9:30~	
2	日		
3	月		
4	火	大杉保育所入所式 9:00~ 大田口保育所入所式 13:00~	清明
5	水	ふれあいデイ (ふれあいセンター) 10:30~14:30 行政相談 (ふれあいセンター) 10:00~12:00 人権相談 (ふれあいセンター) 10:00~15:00	
6	木		
7	金	おおとよ小学校・大豊町中学校入学式・始業式	



四国デスティネーションキャンペーンの開幕について

4月1日から3カ月間、JRグループ6社(北海道・東日本・東海・西日本・四国・九州)の協力により、全国から四国へ観光のPR、送客を行う「四国デスティネーションキャンペーン(四国DC)」が開幕します。このキャンペーンは14年ぶりの開催で、四国全体で非常に多くの魅力ある観光素材の情報を提案しております。

キャンペーン期間中、魅力ある観光素材を求めて四国に来られた多くの方に楽しんでいただき、「四国は素晴らしい観光地」と感じてもらい、その後も四国へ観光に来ていただけるよう、皆さまのお客さまへの「おもてなし」などにご協力いただきますようよろしくお願いいたします。

募集 イベント情報

健康ポールウォーキング教室 参加者募集

地域包括支援センターでは、4月から「健康ポールウォーキング教室」を行います。2本の専用ポールを使い、正しい姿勢で歩く方法を講師の先生に教えていただきます。



ポールウォーキングは、足腰の弱い方でも無理なくできるウォーキングとしてリハビリ効果があり、また、有酸素運動のため通常のウォーキングよりも脂肪燃焼効果があるといわれています。この機会にぜひ始めてみませんか? 皆様のお越しをお待ちしています。

開催日時 毎月第2水曜日(4月から)
14時30分~15時30分

場所 総合ふれあいセンター3階ホール

講師 前田郁運動指導士

対象者 大豊町在住の65歳以上の方

用意するもの 動きやすい服装・汗拭きタオル・水分補給・体育館シューズ

問い合わせ先 住民課 地域包括支援センター班
※この教室は、ゆとりすと健康マイレージのポイント付与対象事業です。

春の健康ウォーキング教室 参加者募集

心と体の健康のため、歩くことの大切さと楽しさを知っていただくため、春の健康ウォーキング教室を実施します。皆さんの参加を募集しています。

開催日時 第1回4月8日(土)(黒石~上東往復)
第2回4月29日(土)(東土居~粟生往復)
第3回5月20日(土)(川口~立川PA)

集合場所 総合ふれあいセンター1階ロビー

集合時間 8時30分

参加費 100円(傷害保険料などとして当日集金)

申し込み 電話で健康づくり班へ

申し込み締め切り 各実施日の1週間前

内容 ゆったりとした気分で、自分のペース(速さや距離)で歩きます(約4km)。物足りない方は時間制限で距離の延長(6km)もできます。雨天の場合はふれあいセンターホールでポールウォーキングとなります(体育館シューズ必要)。ウォーキング後には栄養士の減塩指導によるお味噌汁を試飲、参加賞もあります。

用意するもの 運動できる服装・汗拭きタオル・水分補給・ゆとりすと健康マイレージポイントカード・体育館シューズ(雨天の場合)

申し込み・問い合わせ先 住民課健康づくり班 下村
※この教室は、ゆとりすと健康マイレージおよび県健康パスポートのポイント付与対象事業です。

おおとよEnglish Class 初級クラス開講!

3月から、おおとよEnglish Class(英会話教室)に初心者向けの初級クラスができます!

初級クラスは基本的な文法を学び、会話の練習をして、英語に自信を持ってもらうことが目的です。

日時 3月5日(日)~(隔週日曜日の予定)

初級クラス 17時~18時

中級クラス 18時~20時(現行どおり)

場所 総合ふれあいセンター

講師 ブラッドショー・エイモン(ALT)

申し込み・問い合わせ先 教育委員会 宮岡

NASVAの交通事故被害者 援護制度をご存じですか?

独立行政法人自動車事故対策機構(NASVA:ナスバ)では、育成資金の無利子貸し付けや介護料の支給を行っています。

育成資金の貸し付け

自動車事故が原因で保護者が亡くなったたり、重度の後遺障害を残すこととなった家庭(生活貧困家庭)の児童を対象に、中学校卒業までの間、無利子で育成資金をお貸しします。



- 一時金 155,000円
- 月額 10,000円または20,000円
- 入学支度金 44,000円

介護料の支給

自動車事故が原因で後遺障害が残り、介護が必要となった方に障害の程度にあわせて介護料を支給します。

- 月額 29,290円~136,880円

問い合わせ先 独立行政法人自動車事故対策機構
高知支所 ☎088-831-1817

健やかにな
誕生おめでとうございます
氏名 誕生日 性別 保護者 住所
敬称略

安らかに
ご冥福をお祈りします
氏名 死亡日 性 年齢 住所
敬称略

※個人情報保護法により割愛いたします