

## シルバーハビリ体操指導士 3級養成講習会開催

茨城県では、高齢者の介護予防を推進するため「シルバーハビリ体操」の普及を進めており、この体操を普及するボランティアとして「シルバーハビリ体操指導士」を養成しています。

町でも、介護予防事業（元気はつらつ倶楽部他）、公民館講座などでシルバーハビリ体操指導士が活躍し、必要不可欠な存在になっています。今後、さらに普及啓発活動を進めていくために、下記の会場で養成講習会を実施します。いきいきとした地域づくりのために、あなたもシルバーハビリ体操指導士になって一緒に活動してみませんか？

○募集人員 10人（定員になり次第締め切ります）

○申込資格

- ・50歳以上で常勤の職業についていない町民で、認定後に地域活動に参加できる方
- ・講習会全日程にご参加いただける方

※認定後は、シルバーハビリ体操指導士会に加入し、会を通じたの活動となります。

○講習内容

講義

介護予防とリハビリテーションの推進、解剖生理学、老化と病気、高齢者の食生活等

実技

いきいきヘルス体操、いきいきヘルスいっばい体操他

○受講料

無料（ただし交通費・昼食代は各自負担）

○申込期間

9月1日から9月30日まで（土・日を除く）

○申込方法

窓口または電話で申し込みください。

健康福祉課・高齢者支援G  
☎8400006（直通）

開催日	
①	10月25日(月)
②	10月28日(木)
③	11月1日(日)
④	11月4日(水)
⑤	11月8日(日)

※新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、日程等の変更が生じる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

## 様々なツールを使って 情報を発信しています

町では広報ごかや公式ホームページのほかにも様々なツールで情報を発信しています。ホームページなどでは掲載されないちょっとした情報も楽しめませう。ぜひご覧になってください。多くの人に大切な情報を届けられるように、これからも情報発信を強化していきます。

町公式ホームページ



町公式Twitter



町公式Facebook



町公式メールマガジン



町公式YouTube



## 読む人に「伝わる」 広報紙を目指します

小さいけれど大きな変化

広報ごかについて、先月発行の8月号からこれまでと変わった点があったことに、みなさん気づいたでしょうか？

実は文字の大きさが少しだけ小さくなっていきます。文字が小さいと読みづらいと思いますが、文章の読みやすさは文字の大きさと行間の幅が大きくなることで確保されています。行間が狭いと文字が大きくても圧迫感があり読みづらくなってしまいます。

広報ごかでは、読者のみなさんにとって、より読みやすい紙面になるように、文字を小さくすることで行間を広げました。

今後読みやすさ、みなさんに「伝わる」広報紙を目指して工夫していきます。



アンケートを実施しています

広報ごか6月号から読者のみなさんへアンケートを実施しています。アンケートでは広報ごかに対する意見や取り上げてほしい企画などを伺っています。みなさんからのいただいた様々な意見を今後の紙面作りに生かし、みなさんが読みたいと思うような広報紙をつくっていきます。アンケートに回答していただいた方から抽選で当たるプレゼントも用意しています。アンケート・プレゼント企画は裏表紙をめくったページに掲載されています。たくさんの方の応募をお待ちしています。

○お詫びと訂正

広報ごか8月号7ページ「空き家バンク制度」の記事に誤りがありました。お詫びして訂正させていただきます。

記事訂正は次のとおりです。

誤：公益財団法人 茨城県宅地建物取引業協会  
正：公益社団法人 茨城県宅地建物取引業協会