

健康長寿

健康長寿

令和3年度
こころの相談日程

「病院にはちょっと行きづらい」「今の悩みや不安を誰かに相談したい」「イライラ、頭がすっきりしない、眠れない、体がすっきりしない」こんなときは気軽に「ご相談ください。臨床心理士がお話を伺います。」

とき 5月11日、7月13日、9月14日、11月9日、1月11日、3月8日
（すべて火曜日）
9時～10時、11時～
あわら市保健センター
費用 無料
予約先 3日前までに健康長寿課
☎73-8023へ。

いつまでも健康で自立した生活を続けるために
介護予防教室を開催します



介護予防に取り組みましょう。詳しい日程は、お問い合わせください。

- ▼すこやかクラブ
とき 月2回 ※5月10日（月）から開始
① 中央公民館（月） 13時30分～15時
※開催日を、火曜日から月曜日に変更し、2階レクリエーション室で行います。
② 保健センター（火） 14時～15時30分
※開催日を、水曜日から火曜日に変更します。
③ 湯のまち公民館（木） 13時30分～15時

▼出前講座
内容 老人会や地区行事など10人以上集まる機会に、介護予防出前講座を開催（1地区1回）
申込み 事前申し込みをお願いします。先着順で応募多数の場合は、参加を制限する場合がありますので、ご了承ください。
内容 脳活性化レクリエーションや体操、栄養講座、音楽講座など認知症予防の教室です。
ところ 保健センター
（主に75歳以上の高齢者対象）
② チャレンジコース 14時～16時
（主に65歳から74歳までの高齢者対象）
問合せ 健康長寿課 高齢福祉G ☎73-8022
※新型コロナウイルスの影響で中止となる場合があります。

スポーツ

市議会議員選挙と市長選挙での
選挙運動経費の一部を公費で負担します

選挙運動の機会均等を図ることで、多様な人材の立候補を促進するため、市議会議員選挙と市長選挙の立候補者の選挙運動経費の一部を公費で負担します。ただし、供託金が没収となった立候補者は、対象外となります。詳しくは、立候補予定者説明会で説明します。

選挙運動用ポスターの作成経費	選挙運動用ビラの作成経費	選挙運動用自動車の使用経費		対象経費 限度額
		① 運送業者との運送契約の場合	② ①以外の契約の場合	
1枚につき 525円6銭×ポスター掲示場数+10万円）÷ポスター掲示場数	1枚につき 7円51銭	「自動車の借入契約」 1日につき 1万5800円	「燃料の供給契約」 1日につき 7560円 「運転手の雇用契約」 1日につき 1万2500円	1日につき 6万4500円

総務

あわら市議会議員選挙
立候補予定者説明会の開催

任期満了に伴うあわら市議会議員選挙の立候補予定者説明会を開催します。立候補を予定されている人はご出席ください。なお、出席人数は、立候補予定者1人につき3人以内とします。

あわら市議会議員選挙について
告示日 6月13日（日）
投票日 6月20日（日）
問合せ あわら市選挙管理委員会 ☎73-8004

東京 2020 オリンピック聖火リレーがスタートしました！

聖火リレーは、121日間かけて全国を巡ります。あわら市内も走行する予定です。詳しくは、市のホームページをご覧ください。
【交通規制について】
当日は、次のことにご注意ください。皆さまのご理解とご協力をお願いします。
・ルートおよび付近の道路は、車両の通行を禁止します。迂回道路は、係員の指示に従ってください。
・規制中はルートに面した駐車場の出入りができません。
・公共交通機関の運休や遅れ、運行の変更などが予想されます。郵便物や宅配便などが遅れる場合があります。
・ルート上に車などを止めないでください。
・法律に基づき、ルートや周辺地域（約300m）でドローンを始めとする小型無人機などの飛行が禁止されます。違反した場合、罰則が適用されます。



※ ルート図や迂回路、規制エリア、駐車場などの詳細はホームページをご覧ください。

ご存じですか？ふれあい保険

傷害保険		賠償責任保険		補償限度額	対象とならない事故
通院保険金	入院保険金	死亡保険金	対人・対物賠償		
1日20000円 (90日限度)	1日30000円 (180日限度)	500万円	受託物賠償	1事故につき 100万円	
		500万円	後遺障害保険金	500万円	
			入院保険金	1日30000円 (180日限度)	

市では、社会活動中に万が一事故が発生した場合、治療費などの一部を補償するため、社会活動災害補償保険（ふれあい保険）に加入しています。
対象活動
自治会、青壮年団、婦人会、老人クラブ、子ども会などの団体が行う社会活動
※スポーツ少年団活動を除く
注意事項
ふれあい保険により支給される保険金はあくまで見舞金程度と考えるといただき、活動の際には、事前に他の保険（ボランテア活動保険、スポーツ安全保険など）への加入を検討するなど、事故対応に万全を期してください。

事故が発生したときは
万一、活動中に事故が発生したときは、事故から14日以内に団体を担当している課へ連絡し、事故報告書を作成してください。
また、市が主催する行事での事故は、会場で係員に申し出てください。行事の担当課が事故報告書を作成します。
問合せ 総務課 行政G ☎73-8004