

募集



メタボリックシンドロームの予防に「からだスッキリ教室」

問合せ先/健康づくり課 (978-7100)

脳卒中や糖尿病など重篤な疾病につながるメタボリックシンドロームを予防するために、体脂肪燃焼・筋力を強化していくコースです。

- 日時 5月8日～令和3年3月19日までの指定する金曜日(全30回)
前半クラス：9時20分～10時20分
後半クラス：10時50分～11時50分
※クラスの途中変更は不可

- 場所 函南町体育館

- 対象(次の①～④をすべて満たす人)
①町内在住で74歳以下の人
②医師から運動を制限されていない人
③要介護・要支援認定を受けていない人
④介護予防・生活支援サービス事業の利用がない人
⑤特定健診など健診を必ず受診する人

- 募集人数 各クラス80人

- 受講料 3,000円(初回徴収、返納不可、スポーツ安全保険料を含む)

- 内容 有酸素運動、ボールを使ったストレッチ、筋力トレーニングなど

- 持ち物 バスタオルまたはヨガマット、体育館シューズ、飲み物を持参し、運動できる服装でお越しください。

- その他 体調が優れない場合は受講をご遠慮いただくことがあります。参加できるのは、火曜体操教室・からだスッキリ教室のいずれか1教室のみです。

- 申込み 4月3日(金)までに申込用紙に記入し、健康づくり課へ提出してください。用紙は健康づくり課にあります。

募集



高齢者が元気でいきいきと過ごすために「火曜体操教室」

問合せ先/健康づくり課 (978-7100)

年齢を重ねても仲間と元気でいきいきと過ごすために、効果的に体力・筋力・運動機能の維持・向上を目指すコースです。

- 日時 4月28日～令和3年3月23日までの指定する火曜日(全30回)
前半クラス：9時20分～10時20分
後半クラス：10時50分～11時50分
※クラスの途中変更は不可

- 場所 函南町体育館

- 対象(次の①～④をすべて満たす人)
①町内在住で65歳以上の人
②医師から運動を制限されていない人
③要介護・要支援認定を受けていない人
④介護予防・生活支援サービス事業の利用がない人
⑤特定健診など健診を必ず受診する人

- 募集人数 各クラス80人

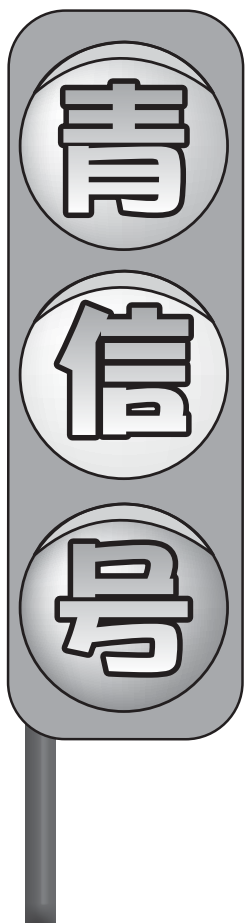
- 受講料 3,000円(初回徴収、返納不可、スポーツ安全保険料を含む)

- 内容 有酸素運動、ボールを使ったストレッチなど大腰筋の強化のための筋力トレーニングなど

- 持ち物 バスタオルまたはヨガマット、体育館シューズ、飲み物を持参し、運動できる服装でお越しください。

- その他 体調が優れない場合は受講をご遠慮いただくことがあります。参加できるのは、火曜体操教室・からだスッキリ教室のいずれか1教室のみです。

- 申込み 4月3日(金)までに申込用紙に記入し、健康づくり課へ提出してください。用紙は健康づくり課にあります。



4月6日～4月15日 春の全国交通安全運動を実施

4月6日(月)～4月15日(水)は、春の全国交通安全運動期間です。「安全をつなげて広げて事故ゼロへ」をスローガンに、交通安全に関する意識の向上、交通ルールの遵守と交通マナーの実践に努め、交通事故防止のため活動します。運動初日の4月6日(月)に、一斉街頭広報を実施します。多くの皆さんの参加をよろしくお願いします。

編集・問合せ先/ 函南町交通指導員会 広報部 (総務課内) 979-8102

子どもをはじめとする

歩行者の安全確保

入学や進級を迎える新年度になり、4月以降に小学生の歩行中の事故が増加する傾向にあります。町では、園児・児童を対象とした交通安全教室、新入学児童を対象とした横断指導、下校時の見守り活動を実施します。車を運転する場合は、登下校中の児童・生徒に特に注意しましょう。



高齢運転者などの

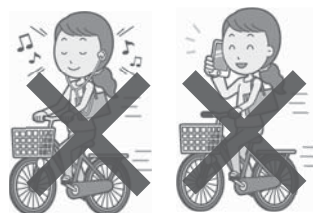
安全運転の励行

高齢者が当事者となってしまう交通事故は、依然として高い割合で発生しています。外出するときには反射材を着用する。時間に余裕を持って安全運転を心がけるなど家族とも協力して事故に遭わない、起こさないための工夫をしましょう。



自転車の安全利用の推進

自転車は大変便利な乗り物です。しかし、危険な乗り方をするなど重大な事故を引き起こしてしまうこともあります。自転車に乗るときは一時停止や安全確認をしましょう。また、二人乗りや並走、傘差し運転、スマートフォンの使用などからの運転などは非常に危険ですので絶対にしないようにしましょう。



人身事故発生件数は

減少傾向となりました

三島警察署管内で令和元年中に発生した人身事故件数は、件数・死者数・負傷者数が前年から減少し、「トリプル減」となりました。町内では、件数・死者数は減少しましたが、負傷者数が増加する結果となり、確認不足などの防ぐことができた事故が主な原因です。また、高齢者のみならず、20歳代による事故が増加しています。信号機のない交差点の通行を注意するほか、運転に集中して事故を起こさないよう心がけましょう。

交通ルールを守りましょう

車やバイクは、横断歩道を渡っている場合または、渡ろうとしている歩行者がいる場合は、一時停止しなければなりません。歩行者妨害の摘発数は平成25年から年々増加し、静岡県は全国でも高い水準となっています。一方、最高速度とシートベルトの違反は平成25年から半減しています。車対歩行者の死亡事故は7割が道路横断中に発生しています。交通ルールを守り、歩行者や他の車両への思いやりの気持ちを持って運転しましょう。



函南町交通指導員会

三島警察署長から感謝状贈呈

三島警察署長より函南町交通指導員会に対し、感謝状の贈呈がありました。交通指導員は、日頃から児童の登下校にあわせて街頭指導を実施しています。気温や天候に関わらず、日々児童の安心・安全を守るため街頭指導を続けたことが評価されました。今後も指導員一同努力していきますので皆さんのご協力をお願いします。