

あなたも地域の健康づくりを推進しませんか？ スマート・ウォーカー育成講座が開講

問合せ／健康政策課
内線2477

市では、いろは健康21プラン推進事業実行委員として、健康に対する意識や知識の向上と地域の健康づくりを推進するためスマート・ウォーカーを育成します。

スマート・ウォーカー育成講座

スマート・ウォーカーは、健康に対する意識や知識の向上を目的に、いろは健康21プラン推進事業実行委員として、健康に関する事業やノルディックウォーキング・ポールウォーキングの普及などに取り組みます。

とき・ところ／下表のとおり

※市民公開講座

とき	ところ	内容
11月20日(水) 10時～12時	市役所	開講式、講演：志木市の健康づくり～スマート・ウォーカーとは～
11月27日(水) 10時～12時	いろは遊学館	しっかり歩きと貯金で健康寿命をのばそう「運動」
12月4日(水) 10時～13時	いろは遊学館	健康寿命をのばす食事の秘訣「調理実習」
12月7日(土) 14時～16時	総合福祉センター	「排尿障害について」～頻尿・尿もれを中心に～※
12月11日(水) 10時～12時	市役所	歯の健康／休養・こころ
12月18日(水) 9時～12時	市役所	普通救急・救命講習 ※休止の場合あり
令和2年 1月22日(水) 10時～12時	いろは遊学館	地域の力、ソーシャルウォーキングで2倍元気になる方法
1月29日(水) 10時～12時	いろは遊学館	フットケア講座
2月5日(水) 10時～12時	いろは遊学館	<グループワーク>地域活動団体の取り組み紹介
2月15日(土) 13時30分～15時50分	いろは遊学館	たばことお酒との付き合い方 「人生100年時代！～いつまでも健康でいるために～」※
2月19日(水) 10時～12時	いろは遊学館	<グループワーク>「地域でできることを考える」、閉講式

内容／運動・食生活など健康寿命をのばすための講義や普通救急・救命講習、ノルディックウォーキング・ポールウォーキング体験、地域活動についてなど

対象／18歳以上の市民または市内在勤者で、全11回の講座を受講したいと考えている人

定員／20人 参加費／500円(食材料費)

申込み／11月15日(金)までに電話または直接、健康政策課へ

志木市デマンド交通は、FAXでも受付できます

問合せ／都市計画課 内線2325

聴覚や発声に障がいがある方が、志木市デマンド交通を利用するためにタクシー会社へ連絡する方法として、FAXでの受付を行っています。ぜひ、ご利用ください。

FAXでの受付方法

FAXの受付をしているタクシー会社／三和富士交通(株)

予約受付期間／利用する日の前日まで ※利用する日の配車状況などにより、予約できない場合があります。

▼三和富士交通(株)では、電話での予約と同様に、予約料(420円)が加算されます。

FAXでの連絡方法／①「デマンド交通配車予約表」を市ホームページ(右記QRコード)から

ダウンロードするか、都市計画課[FAX048(475)2960]にFAXでの送信を依頼

②「デマンド交通配車予約表」に必要事項を記入し、タクシー会社へFAXを送信

三和富士交通 FAX042(361)4803

③タクシー会社より、返信のFAXが届く

④届いたFAXの内容を確認し、間違いがなければ連絡は完了



▲市ホームページ
QRコード

「志木市デマンド交通」とは…交通弱者の移動手段の確保や利便性の向上を図るため、既存のタクシーを活用して、自宅と公共施設や病院、商業施設などの共通乗降場、または共通乗降場間を低額で利用できる事前連絡制の公共交通サービスです。