

村では、生涯健康で暮らすために、「までいな健康づくり推進事業」に取り組んでいます。自分の体のために良い習慣を身につけることができるよう、昨年から五年計画で、運動を中心に、栄養、講演会などを実施しています。運動では、YGOメデイカルフィットネスクラブのスポーツインストラクターをお願いし、日常生活の中でちょっとした時間を利用してできる運動を推進しています。自分の健康は自分で守

## までいな健康づくり推進事業

こちらも始まります



らなければなりません。が、地域ぐるみで健康づくりに取り組むことで「ひまだから歩いていく」ではなく、健康づくりのために近所皆でウォーキングしよう。」という前向きな、地域になればステキですね。昨年取り組んだ地域で、現在も継続して「イツ・マデイ・フィットネスクラブ」に参加しているお二人に「健康づくり」についてお聞きしてみました。



▲川里幸子さん（宮内）

運動は家でも続けています。体が軽くなり疲れにくくなりました。食べ物にも気をつけるようになりました。



▲佐藤文江さん（上飯種）

毎日万歩計を付けて歩き、少し歩くのが少ないなと思ったときは、遠回りをして畑に行ったり近所の友達と夜ウオーキングをしたりしています。

## 地上デジタル放送を見るための簡易なチューナー給付などの支援について

総務省では、経済的理由等で地上デジタル放送が見られない世帯（具体的にはNHK受信料の全額免除世帯が対象です）に対して、簡易なチューナーの無償給付の支援を行います。

支援開始は平成21年秋以降を予定しています。具体的な申込み先、受付開始時期は、準備が整い次第改めてお知らせいたします。

※対象世帯は、生活保護世帯・市町村民税非課税の障がい者の居る世帯

※支援は現物給付です。ご自身で購入したチューナー・アンテナ等の代金はお支払い出来ません。

※支援の申込みには、NHKと受信契約を結び、全額免除の適用を受けることが必要です。なるべく早く契約手続きをお願いします。

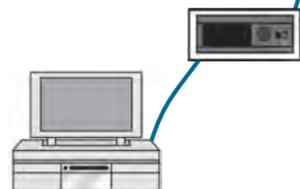
### ○問い合わせ先

▶総務省地上デジコールセンター（電話：0570-07-0101）

▶役場健康福祉課（電話：42-1620）

○契約手続き…役場健康福祉課

○持参する物…身体障害者手帳・印鑑



▲木工教室



▲社会を明るくする運動のPR



▲村人権義護委員による啓発活動



▲各販売コーナーも多くの人でにぎわっていました



夏だ！新館牛  
牛丼・焼肉フェア  
いいたて  
夏まつり

▲「おまつり楽しい！」



▲華やかな衣装でヨサコイを披露した「はね駒」（南相馬市）



▲元気いっぱいのヨサコイ「天真馬陵玄武」（相馬市）



▲フィナーレを飾ったYOSAKOIソーラン競演