

冬期高齢者自主運動事業の参加者を募集します

今年度も冬季自主運動事業を行います。筋肉量は年齢とともに低下しやすくなりますが、筋力トレーニングを行えば、高齢になっても筋肉を増やすことができます。是非、ご参加ください。

募集期間：令和3年9月13日から令和3年10月20日まで

実施期間：令和3年11月1日から令和4年3月31日まで

対象：町内に居住する65才以上の方（冬期間継続して総合体育館へ通える方）

場所：羽幌町総合体育館

※ 冬道は滑りやすいので、羽幌町内循環バス「ほっと号」を利用すると便利です

2便 朝日団地（体育館前）12：22 到着・出発

3便 朝日団地（体育館前）15：04 到着・出発

参加料：無料

定員：250名

服装：動きやすい服装であれば普段着で良いです

持ち物：上履（運動靴）

利用方法：体育館の利用券をお渡ししますので、総合体育館の受付で利用券を提示して下さい

体成分分析機（体の筋肉量や体年齢が計れます）を無料で利用できます

※ 自分のペースで身体と相談しながら運動しましょう



📍お申込・お問い合わせ先 すこやか健康センター（羽幌町地域包括支援センター） ☎ 62-6021

除雪サービスを希望する方はお申し込みを！

高齢または身体上などの理由で自力で除雪することが困難な世帯を対象に、除雪サービスを実施しています。希望される方はお申し込みください。

対象世帯

羽幌町在住で65歳以上の除雪支援が必要と思われる
単身・夫婦世帯及び65歳未満で、障がいや難病等により
除雪が困難で支援が必要な世帯

（ただし、次の①から③に該当しない世帯）

- ①町民税課税世帯
- ②町内に家族等が在住している世帯
- ③除雪の労力を確保できる世帯



除雪サービスの内容

積雪がおおむね15cm以上となった場合、1日1回、
玄関前の除雪を実施。

申込期限 10月1日（金）

除雪サービスの可否

訪問調査・課税状況等の内容をもとに、地域ケア会議
で利用可否を決定して、文書で結果をお知らせします。
※詳しくはお問い合わせください。

申込・お問い合わせ すこやか健康センター内
健康支援課地域包括支援センター係 ☎ 62-6021
（離島地区は役場支所で申込できます。）

実施期間 令和3年12月1日～令和4年3月15日（予定）

利用者負担 無料