



元気うちから健康寿命を延ばしましょう
令和8年度「フレイル予防体操教室」参加者募集

加齢とともに心身が少しずつ弱ってきた状態を「フレイル」といいます。いつまでも健康に自分らしく過ごすためには、元気うちからフレイルにならない対策をとることが重要です。

町では、早期の対策として「フレイル予防体操教室」を開催します。65歳から75歳未満の人を対象に12回シリーズで行います。この教室は、健康運動指導士や看護師等から集団指導だけではなく、個別の指導を受けることも可能です。

昨年の参加者からは、「階段がスムーズに上がれるようになった」「友達の輪が広がり元気になった」などの感想が寄せられています。

ぜひこの教室に参加して健康寿命を延ばしましょう。

日程(月曜日:午後1時30分～3時)			
第1回	9月 7日	第7回	11月 2日
第2回	9月14日	第8回	11月 9日
第3回	9月28日	第9回	11月16日
第4回	10月 5日	第10回	11月30日
第5回	10月19日	第11回	12月 7日
第6回	10月26日	第12回	12月14日
申込締切 8月24日(月)			

申込み先 地域包括支援センター ☎75-6007



脳の健康教室受講者を募集します!
(65歳以上)

この教室は、認知症予防を目的に、くもん学習療法センターが独自に開発した教材を用いて、週1回、学習サポーターや仲間と一緒に学びます。

認知症は、脳の病気や障がいなど様々な原因により、認知機能が低下し、日常生活に支障をきたした状態と言われています。脳の中でも脳の司令塔でもある「前頭前野」という場所が、「考える」「記憶する」「アイデアを出す」「感情をコントロールする」「判断する」等人間にとって重要な働きを担っている部分と言われています。この前頭前野を鍛えて働きを良くするためには、簡単な計算をスラスラ解くこと、文章をスラスラ音読することで脳全体を活性化することができると言われています。くもんでは、そこに着目した教材を使用し、3か月間仲間とともに取り組みます。

ぜひ、参加ください。

申込期限 8月17日(月)

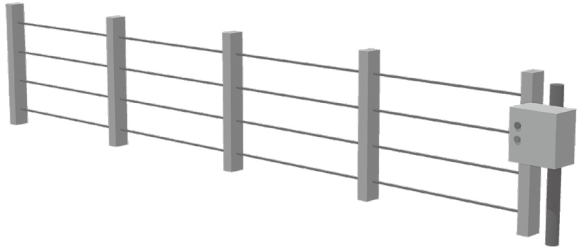
- 【期間】 9月1日～11月24日
毎週火曜日(全11回)
- 【時間】 午前10時～11時20分
- 【会場】 ほのぼの ひだまりホール
または2階会議室
- 【対象】 65歳以上で要支援・要介護
認定がつかない人(原則)
- 【定員】 15人 ※過去にこの教室を受講
した人は除きます。

受講料
無料



問合せ先 地域包括支援センター ☎75-6007

シカ柵等の設置支援を行っています



鳥獣による農林業への被害を防止することを目的に、ワイヤーメッシュ柵や電気柵等の設置支援を行っています。令和9年度に事業の実施を検討されている人は、8月28日(金)までに山村再生課へご相談ください。

国交付事業	
要件	食害等の被害にあっており、施設設置後に管理協定を締結すること
事業実施主体	3戸以上の農業者等で組織する任意の組織等
補助率	10/10(消費税等諸経費は自己負担)
県補助事業	
要件	国交付事業の対象となりえないもの
事業実施主体	2戸以上の農業者等で組織する任意の組織等
補助率	2/3

※事業の実施を確認するものではありません。

問合せ先 役場山村再生課 ☎75-3117

智頭町AI乗合タクシー「のりりん」
IP告知端末アプリの予約受付サービス終了のお知らせ

日頃よりAI乗合タクシー「のりりん」の運行にご協力をいただき、誠にありがとうございます。

IP告知端末アプリからの予約受付サービスについて、9月30日をもちまして終了することとなりましたので、下記のとおりご案内します。

利用者みなさまにはご不便をおかけしますが、ご理解いただきますようお願いいたします。

なお、IP告知端末町内無料通話での予約は可能ですので、引き続きご利用ください。

のりりんの予約受付方法について		
予約方法	令和8年9月30日まで	令和8年10月1日から
電話	○	○
IP告知端末町内無料通話	○	○
IP告知端末アプリ	○	×

問合せ先 役場企画課 ☎75-4112