

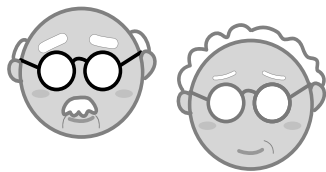
教室名	地区名	曜日	時間	ところ
やすらぎ介護予防教室	長岡 葦山	月・水・金	9:30 ~ 12:00	やすらぎの家
直営大仁介護予防教室	大仁	月	9:00 ~ 11:30	大仁保健センター
直営長岡介護予防教室	長岡	水		長岡保健センター
直営葦山介護予防教室	葦山	金		葦山保健センター

### 特定高齢者介護予防教室

市内の高齢者のための介護予防教室を実施しています。

# 介護予防教室

高齢者の皆さんご参加ください



特定高齢者とは、要介護および要支援の認定を受けていない人のうち、介護予防が必要と判断された人です。参加希望の人は、高齢者支援課までお問い合わせください。

**内容** 口腔体操、歌、膝痛、腰痛、尿漏れ予防改善体操、大腰筋体操、ストレッチ、ボールを使った筋肉トレーニング、認知症予防、医師の講義など  
**スタッフ** 保健師、作業指導者、音楽療法士、運動指導士、歯科衛生士、栄養士など

このページに関する問合せ  
高齢者支援課  
電話 0558(76)8011

教室名	地区名	曜日	時間	ところ	対象
水晶苑体操教室	大仁	月~金	10:00 ~ 11:30 13:00 ~ 14:30	水晶苑	一般
やすらぎ体操教室	長岡	月~金	13:00 ~ 14:30	やすらぎの家	一般
めおと湯体操教室	葦山	木	9:30 ~ 11:00	めおと湯の館	一般
大仁保健センター体操教室	大仁	月	13:30 ~ 15:00	大仁保健センター	一般
田京体操クラブ		火	9:30 ~ 11:00	田京・老人憩の家	田京老人クラブ・一般
吉田体操クラブ		火	13:00 ~ 14:30	吉田観音堂	吉田老人クラブ・一般
立花体操クラブ		木	9:30 ~ 11:00	立花公民館	立花老人クラブ・一般
宗光寺体操クラブ	長岡	木	9:30 ~ 11:00	宗光寺公民館	宗光寺老人クラブ・一般
浮橋体操クラブ		金	9:30 ~ 11:00	浮橋公民館	浮橋老人クラブ・一般
鳥打体操クラブ		月	13:30 ~ 15:00	鳥打公民館	鳥打老人クラブ・一般
湯らっくす足湯教室		火	9:00 ~ 10:30	長岡区民館	長岡東・西老人クラブ・一般
千代田体操クラブ	葦山	火	13:30 ~ 15:00	千代田公民館	千代田老人クラブ・一般
仲之台体操クラブ		金	13:30 ~ 15:00	南江間公民館	仲之台老人クラブ・一般
立花台体操クラブ		月	9:30 ~ 11:00	立花台公民館	立花台老人クラブ・一般
土手和田体操クラブ		月	9:30 ~ 11:00	松並公民館	土手和田老人クラブ・一般
多田体操クラブ	葦山	月	13:00 ~ 14:30	多田公民館	多田老人クラブ・一般
山木体操クラブ		火	9:30 ~ 11:00	山木産業会館	山木老人クラブ・一般
寺家体操クラブ		水	13:30 ~ 15:00	寺家公民館	寺家老人クラブ・一般
共和体操クラブ		木	13:30 ~ 15:00	中区公民館	中・内中老人クラブ・一般
中條体操クラブ	葦山	木	13:30 ~ 15:00	中條公民館	中條老人クラブ・一般
四日町体操クラブ		金	9:30 ~ 11:00	四日町公民館	四日町老人クラブ・一般

### 一般高齢者介護予防教室

一般高齢者とは、概ね六十五歳以上で、要介護および要支援の認定を受けていない人です。参加希望の人は、最寄

りの教室に行き、スタッフに直接申し出てください。  
**内容** 口腔体操、歌、膝痛、

腰痛、尿漏れ予防改善体操、大腰筋体操、ストレッチ、ボールを使った筋肉トレーニング、足の機能改善体操など

## 非自発的失業(離職)者は届け出を！ 国民健康保険税の軽減制度

事業所の倒産や解雇、雇用期間満了などの理由により失業(離職)した人が国民健康保険に加入した場合、税制改正により平成22年度の国民健康保険税が軽減されることになりました。この軽減の適用を受けるためには、申請が必要です。

### 対象者はどんな人？

平成21年3月31日以降の退職者で、雇用保険の「特定受給資格者」および「特定理由離職者」の人です。「雇用保険受給資格者証」の「離職年月日理由」欄の「理由コード(2ケタの数字)」が次の場合  
**特定資格受給者**...11、12、21、22、31、32  
(倒産や解雇など、事業主の都合により離職した人)  
**特定離職理由者**...23、33、34  
(雇用期間満了により離職した人)

### 軽減の期間は？

平成22年度(平成22年4月1日以降)の国民健康保険税から適用され、離職日の翌日の属する月から翌年度末までとなります。  
(例)・離職日が平成21年3月31日の場合  
平成22年4月から平成23年3月まで  
・離職日が平成22年3月31日の場合  
平成22年4月から平成24年3月まで  
・離職日が平成22年6月15日の場合  
平成22年6月から平成24年3月まで

### 軽減の内容は？

国民健康保険税の計算対象となる給与所得を30/100とします。なお、世帯に属するその他の被保険者の所得は、通常の所得額を使用します。

### 申請について

平成21年3月31日以降、平成22年4月30日までに離職した人は、平成22年6月末日までに「雇用保険受給資格者証」と印鑑をご持参のうえ、市役所国保年金課(伊豆長岡庁舎)または葦山、大仁各市民サービス課で申請をしてください。  
5月1日以降に離職した人は、国民健康保険に加入の手続きの際に申請をしてください。



問合せ 国保年金課 電話 055 948 2905

## 住宅用新エネルギー機器等導入費補助金 地球のために私たちができること

伊豆の国市では、地球環境の保全につながる省エネ取り組みのひとつとして、新エネルギーの利用を促進するため、補助金を交付します。

### 補助対象者

市内に居住している、または居住する予定で、市内の住宅に補助対象機器を設置しようとする人(補助対象機器が設置されている新築の住宅を購入する人を含む)。

\*市税を滞納している人は除く

**補助率** いずれも10分の1以内

\*今年度に限り、機器の2つ以上を同時に実施する場合または機器の導入と省エネルギー改修を行なう場合について限度額が上乗せされます。省エネルギー改修の限度額は20分の1以内、1戸ごとに総額5万円を上限とします。

内容	補助率(額)
住宅用太陽光発電システム導入	システムのモジュールの出力1kw当たり3.5万円を限度とし、総額14万円を上限とする。
自然循環型太陽熱温水器導入	1基当たり1万円を限度とする。
強制循環型太陽熱利用システム導入	1基当たり2万円を限度とする。
潜熱回収給湯器導入(エコジョーズ)	1基当たり2万円を限度とする。
高効率給湯器導入(エコキュート)	1基当たり4万円を限度とする。
家庭用天然ガスコジェネレーション導入	1基当たり4万円を限度とする。
家庭用燃料電池導入(エネファーム)	1基当たり17万円を限度とする。

問合せ 環境政策課  
電話 055 949 6804