



高校生の留学や語学研修を支援します

問い合わせ 企画政策課 ☎0537⑤1161



市では、国際的な視野を持つ人材を育成するため、留学や語学研修にかかる費用の一部を補助します。

◆対象者

高等学校などに在籍している市民、または市内の高等学校などに在籍している者で、学校や地方公共団体、民間団体が主催する留学プログラムに応募し、1週間以上1年未満の留学などへ出発することが決定、または内定した者の保護者

◆補助金額

10万円(ただし、10万円に満たない場合はその額)

◆交付要件

①市税などの滞納がないこと



②過去に同じ補助金をもらっていないこと

◆補助対象経費

- ①往復渡航費
- ②留学中の滞在費
- ③授業料
- ④留学プログラム費用
- ⑤その他市長が必要と認める費用

◆提出書類

- ①申請書
 - ②海外留学計画書
 - ③留学などが決定または内定していることを証明する書類の写し
 - ④世帯全員の住民票
 - ⑤学生証などの写し
 - ⑥市税などの滞納がないことの確認願(市外の方は提出不要)
- ※詳しくはお問い合わせください。



平成29年度 高齢者運動トレーニング教室のお知らせ

問い合わせ・申し込み 高齢者支援課 ☎0537⑤1118

元気に過ごしていますか？お家で動いていて困ることはありますか？体の衰えは少しずつ生活に変化をもたらします。あなたの生活の中で当てはまることがあるか、チェックしてみましょう。

No.	質問項目	回答
1	階段を上るとき、手すりや壁を使いますか	はい いいえ
2	椅子に座った状態から何かにつかまって立ち上がりますか	はい いいえ
3	15分間歩き続けることは大変ですか	はい いいえ
4	この1年間に転んだことがありますか	はい いいえ
5	転倒に対する不安は大きいですか	はい いいえ



「はい」が3項目以上ある人は、足腰が弱っている可能性があります。この機会にトレーニング機器を用いた高齢者運動トレーニング教室に参加してみませんか。リハビリ専門のスタッフがサポートします。

参加前に、日常生活や体の具合について、訪問にてお話を聞かせていただきます。

教室名	開催時期	時間	回数	場所	募集人数	参加費
ぷるる運動 トレーニング 教室	第1期…6～9月 第2期…9～12月 第3期…1～3月 (毎週水曜日)	10時30分 ～12時	各12回	御前崎市民プール すいすいパーク 「ぷるる」	各5人	各期1,200円 (送迎付き)
運動 トレーニング 教室	第1期…8～10月 第2期…1～3月 (毎週火曜日・金曜日)	15時～17時	各15回	通所リハビリテーション はまおか (市立御前崎総合病院東側)	各10人	各期5,000円 (送迎付き)

※対象者…市内に住所を有する65歳以上の人で、上記の質問項目に「はい」が3つ以上該当する人