

# 家庭介護教室の参加者募集

健康福祉課と町内2カ所のデイサービスセンターと共同して、家庭介護教室を開きます。  
今現在、お年寄りや病人をお世話している方、また、将来に備えて勉強しておきたい方、講話や実習を通して介護法を学んでみませんか。お気軽にご参加ください。  
お年寄りや病人をお世話している方で、留守中の介護にお困りの方は、ご相談ください。

- ▶内容 下記の通り。6回で1コースです。
- ▶参加費 無料
- ▶定員 30人（先着順）
- ▶申込み 5月17日(金)までに健康福祉課へ ☎0794(35)2362  
(土、日、祝日を除く)

回	月日	内容	講師	場所
1	5月23日(木)	福祉サービスのいろいろ	役場職員	中央公民館
2	6月13日(木)	お年寄りの健康管理 口腔ケア	保健師 歯科衛生士	中央公民館
3	7月11日(木)	家庭介護法 : 排泄・清拭・着脱他	看護師	あへの里デイサービスセンター 播磨町デイサービスセンター
4	8月8日(木)	家庭介護法 : 排泄・清拭・着脱他	看護師	あへの里 播磨町デイサービスセンター
5	9月12日(木)	家庭介護法 : 家庭で出来るリハビリ	作業療法士	あへの里デイサービスセンター
6	10月17日(木)	施設見学		未定

▶時間 いずれも午後1時30分～3時

# 健康づくり栄養講座生募集(いずみ会リーダー養成講座)

健康やかな人生を送るためには、食事と運動と休養のバランスが大切です。その中でも、気にしながらもついついバランスがくずれてしまいがちなのが食事のこと。仲間と一緒に講義や調理実習、バス旅行など、わいわい楽しく、食事や健康づくりについて考えてみませんか?  
(40時間受講された方は、いずみ会のリーダーとして活躍していただけます。)

時間 午前9時30分～12時30分  
(実習のときは午後1時まで)  
場所 中央公民館  
参加費 テキスト代約1,200円  
定員 30人(定員になり次第締め切ります。)  
申し込み 5月17日(金)までに健康福祉課まで  
☎0794-35-2362  
(土・日・祝日を除く)

6月3日(月)	開講式
6月17日(月)	あなたの健康。みんなの健康
7月1日(月)	みんなで献立をたててみよう!
7月22日(月)	この時期に多い食中毒の話
8月5日(月)	みんなでたてた献立、調理してみよう!(実習)
8月19日(月)	味噌汁からはじめる減塩大作戦!(実習)
9月2日(月)	食卓に乳製品を使った料理を(実習)
9月下旬	あの食品、どうやって作るの?(バス旅行)
10月7日(月)	身体の中をのぞいてみよう!
10月21日(月)	ちょっと、身体を動かしてみよう!
11月11日(月)	献立のたて方、覚えていますか?
11月下旬	ちょっと、一息。リラクゼーション
12月2日(月)	みんなでたてた献立、調理してみよう!(実習)
12月16日(月)	修了式

# 6月30日(日)は 町長選挙の投票日です

— 大切な一票、みんなそろって投票しましょう —

## 投票所

投票所	会場	該当地域
第1	駅西公民館	駅前・駅西・新池・オリーブハイツ サニーハウス・アセーラ土山・ユニオンハイツ
第2	宮の裏公民館	宮の裏・宮山・野添県住
第3	高山公民館	城・野添高山・城の宮団地
第4	野添コミセン	鹿の川・播磨苑・蓮池・新野添 プレステージ土山・北池
第5	大西公民館	野添中部・緑ヶ丘・五反田
第6	東部コミセン	二子・二子北・駅東
第7	播磨中学校	宮北1丁目(学園北・本荘県住を除く) 川端・サンシティ本荘・大中東 大中西・大中団地
第8	古田西公民館	古田東・古田北・本荘古田南 古田西(北本荘地区を除く)・神川
第9	古宮公民館	古宮第1・古宮第2・古宮第3
第10	本荘東公民館	本荘1丁目・本荘2丁目 東本荘1丁目・東本荘2丁目 東本荘3丁目・本荘東・新島
第11	南部コミセン	本荘県住・学園北 宮北2丁目・宮北3丁目 北本荘1丁目・北本荘2丁目 北本荘3丁目
第12	播磨西幼稚園	北本荘4丁目・北本荘5丁目 北本荘6丁目・宮西1丁目
第13	本荘西公民館	北本荘7丁目・宮西2丁目 宮西3丁目・本荘3丁目 本荘4丁目

選挙期日(投票日) 6月30日(日)  
選挙期日の告示日  
(立候補の届出日) 6月25日(火)

立候補予定者説明会を次のとおり行います

日時 5月15日(水)午後1時30分から  
場所 播磨町役場3階BC会議室  
会場の都合上、立候補予定者1名につき3人以内の出席としてください。

## 不在者投票制度について

仕事や旅行などで投票日に投票に行けない人は不在者投票ができます。

## 不在者投票ができる期間および場所

期間 6月25日(火)～6月29日(土)  
午前8時30分～午後8時  
場所 播磨町役場 第1庁舎1階ロビー  
このほか、入院中や滞在地での不在者投票や、身体に重度の障害がある人の郵便による不在者投票制度があります。

い。をのれま前投紙にて手早き在郵過有  
つのでばで(票等)続めに者便した効  
けく、なにし(6)の)き更新者による  
だおなましな)26)の)き更新者による  
さあませけ)26)の)き更新者による

手帳の種類	障害の種類	障害の程度
身体障害者手帳	両下肢、体幹又は移動機能の障害	1級若しくは2級
戦傷病者手帳	心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸又は小腸の障害	1級若しくは3級
戦傷病者手帳	両下肢又は、体幹の障害	特別項症から第2項症まで
戦傷病者手帳	心臓、じん臓又は呼吸器の障害	特別項症から第3項症まで

更新の手続きについて  
郵便投票証明書の交付申請および  
身体に重度の障害がある方は、郵便による不在者投票をすることができませんが、その際には郵便投票証明書が必要です。この証明書は、身体障害者手帳または戦傷病者手帳をお持ちの有権者で、左表の障害のある方にかぎり市区町選挙管理委員会から交付されます。左表の障害に該当するかどうか不明の場合は、知事がこれと同程度の障害であると認めて書面により証明した人が該当します。  
該当する方で、まだ郵便投票証明書をお持ちでない方は、早めに交付申請(代理の人でもできます)をしてください。交付を受ければ、次の選挙から郵便により投票できます。  
郵便投票証明書の有効期間は交付の日から7年です。郵便投票証明書をお持ちの方でも、有効期間が経過したときは、郵便による不在者投票ができませんので、早めに更新の手続きをとってください。  
また、郵便による投票用紙等の請求は、投票日の4日前(6月26日)までにしなければなりません。

▶問い合わせ 播磨町選挙管理委員会(役場総務課内) ☎0794-35-0357