

楽しく運動
して介護予防

お住まいの地域に シルバーリハビリ体操指導士 を派遣しています！

町シルバーリハビリ体操指導士会が、高年者クラブなどの団体やイベント等にて体操を指導し、体操の普及活動を通じて、地域の介護予防を推進しています。

お住まいの地域での健康づくり、介護予防のために、ぜひシルバーリハビリ体操をご活用ください。
指導士派遣を希望する場合は、長寿福祉課にお問い合わせください。

【シルバーリハビリ体操とは】

特別な器具を使わず、いつでも、どこでも、ひとりでも出来る介護予防に役立つ体操です。立つ、座る、歩くなどの日常動作の訓練にもなる体操と、筋力をつける体操・筋肉を伸ばして柔軟性を高めるための体操で構成されています。

活動の様子



受講生の声

- ・体操をすると体がすっきりする。
- ・年齢とともに体が動きにくくなるので、体操の機会はあるといい。
- ・シルバーリハビリ体操は、その日の体調に合わせて家でもできる。
- ・普段使わない筋肉を動かすことができる。
- ・体操だけではなく、近所の人と顔を見て話す機会となり、楽しい。
- ・長く続けたい。



感謝状を受賞しました！

5名の指導士が県から感謝状を受賞し、報告のため、受賞者および指導士会会長、副会長が石毛光子副町長を表敬訪問しました。

県知事賞を受賞した大野さんは「10年にわたり続けられているのも、参加者の皆さまの励ましと指導士会の仲間の支援のおかげです。」、小沼さんは「自分自身の健康維持にも役立っています。」、鯉淵さんは「運動嫌いでも運動音痴の私が10年続けられているのは、先輩方の指導や地域の皆さまの助けによります。」、それぞれ感謝の言葉や喜びを語りました。県福祉部長賞を受賞した久保田さんは「これからも楽しく、元気に体操をします。」、奨励賞を受賞した寺田さんは「参加者の皆さまと一緒に楽しく長く続けていきたい。」と意気込みを語りました。

【受賞者（五十音順、敬称略）】

- ・茨城県知事賞：大野 眞弓、小沼 泰旨、鯉淵 美恵子
- ・茨城県福祉部長賞：久保田 公子
- ・奨励賞：寺田 純子



【問合せ先】 長寿福祉課 ☎ 029-291-8407 (直通)

ふるさと納税で茨城町が元気に！



地方を元気にする仕組み「ふるさと納税」 令和7年度も全国からたくさんの応援をいただきました

令和7年度に全国の皆さんからふるさと納税制度を通じて、総数24,562件（令和6年度：18,107件）、総額4億9,507万3,000円（令和6年度：3億5,497万100円）と多くの寄附をいただきました。皆さんのご厚意に対し、心より感謝申し上げます。

町では、自主財源確保と地元特産品のPRおよびその販路の拡大を図るため、ふるさと納税事業に力を入れています。令和7年度についても、町民の皆さまと返礼品の提供事業者の方々のご協力で、前年度を上回る、約5億円の寄附を受け入れることができました。

引き続き、町の活性化のため、ふるさと納税事業に取り組んでいきます。

寄附額：4億9,507万3,000円 寄附件数：24,562件

【寄附金の使い道】

寄附金は、寄附者の意向に沿って、町の様々な事業に活用されています。その一部を紹介します。

①文化交流会館事業

文化交流会館「いばSUNホール」で使用する、ピアノ等の音楽関連備品を購入しました。



②町立公園管理運営事業

潤沼自然公園など町立公園の、四季折々の草花や樹木を楽しんでいただくため、植栽の維持管理を行いました。



③小中学校デジタル事業

児童生徒のICT活用能力の向上を目的として、タブレット端末を更新しました。



④小学校入学祝い品支給事業

子育て家庭の経済的負担を軽減し、子育て支援の充実を図るため、新1年生にランドセルを贈呈しました。



⑤消防ポンプ自動車整備事業

消防ポンプ自動車を更新整備しました。



⑥交通安全施設整備事業

見通しの悪い場所や危険な交差点・カーブなど、安心して通行ができるようカーブミラーを設置しました。



【問合せ先】 秘書広聴課 ふるさと納税推進室 ☎ 029-240-7148 (直通)