

65歳以上の方へ

ひの筋体操など介護予防の体操を行っています

ID 1003644 日野市社会福祉協議会 ☎584-1294

より長く元気にお過ごしいただくために、市内48団体が介護予防体操などに取り組んでいます。体操をすることで筋力をつけ、転倒しにくい体を作ります。新型コロナウイルス感染症などに注意しつつ、体操などの運動をご検討ください。

詳細はお問い合わせください。

内容 初めての方でも簡単にできる運動や体操(ひの筋体操など) **対象** おおむね65歳以上の元気な高齢者 **費用** 会場により異なります

ひの筋体操 (ひの健康貯筋体操) とは？

介護予防の効果が実証された高齢者向けの筋力運動です。



【令和3年1月現在】

日野市地域介護予防活動団体マップ

●…ひの筋体操実施団体
○…その他介護予防活動団体

地図番号	地域介護予防活動団体	会場	活動日	活動時間
1	元気印健康クラブ	多摩平4丁目アパート集会所	毎週木曜日	10:30~12:00
2	気かけネットワーク	平山苑地区センター	毎週水曜日	13:30~15:30
3	地域交流スペースひだまり	下田地区センター	第1・第3水曜日	10:30~14:00
4	健康会	百草地区センター	第2・第4木曜日	13:30~16:00
5	豊四健康クラブ	豊田南地区センター	第1・第3土曜日	13:00~14:00
6	鹿島台ふれあいサークル	鹿島台地区センター	毎週水曜日(第2のみ金曜日)	10:00~11:00
7	歌で楽しむ元気会	七生福祉センター	第2水曜日	10:30~11:30
8	レモン倶楽部	新井団地集会所	毎週火曜日(第5は休み)	13:30から
9	落川元気会	落川都営住宅地区センター	第4木曜日	10:30から
10	さざんかの会	宮地区センター	不定期(第1水曜日)	10:00~11:00
11	シャル ウィダンス	勤労・青年会館	第4月曜日	10:00~11:30
12	元気な音楽の広場	七生福祉センター	不定期	不定期
13	ひまわり	日野台2丁目地区センター	毎週月曜日	10:00~11:00
14	栄町ふれあいグループ体操会	新東光寺地区センター	第2・第4金曜日	10:00~11:00
15	こもれび	東神明地区センター	月2回土曜日	10:00~12:00
16	和楽会	新井わかたけ地区センター	第1・第3木曜日	10:00~11:00
17	百草団地ふれあいサロン	百草団地商店街内	月曜~金曜日	不定期
18	大和田健康体操	大和田地区センター	第3月曜日	13:30~15:00
19	あさひ健康体操	旭が丘地区センター	第1水曜日	13:30~14:45
20	青春グループ	シティハイツ集会所	不定期	不定期
21	ふれあいサロンひだまり	ふれあいサロンひだまり(平山)	水曜日(不定期)	午後
22	南平ふれあいサロン	南平ふれあいサロン	毎週火曜日	13:30~14:30
23	豊田団地シニアクラブ	西平山地区センター	第1・第3木曜日	13:30~14:30
24	南新井ふれあいサロン協議会	南新井ふれあいサロン	第2・第4金曜日	11:00~16:00
25	ふれあいあじさいサロン	市営高幡住宅地区センター	第3火曜日	13:30~15:30
26	寿楽会	ひの社会教育センター	第2・第4金曜日	10:20から
27	日老連健康体操	七生福祉センター	毎週金曜日	10:00から
28	ふれあいサロンソレイユ	ふれあいサロンソレイユ(平山)	毎週火曜日	10:30~11:30
29	滝合木の会(老人会)	滝合地区センター	第1・第3火曜日	13:30~14:30
30	平山4丁目麦の会	都営平山4丁目アパート集会所	第1・第3金曜日	10:00~11:00
31	日野ラジオ体操会	多摩平第一公園	毎日(雨天中止)	6:10~ 7:00
32	仲田ラジオ体操会	市民の森スポーツ公園エントランス広場	毎日(雨天中止)	6:05~ 6:50
33	旭が丘ラジオ体操会	旭が丘中央公園	毎週月曜~土曜日	6:20~ 6:50
34	茶の間会老人クラブ	新川辺地区センター	第2・第4水曜日	13:30~15:00
35	アムール	アムール内(程久保)	毎週月曜・火曜・木曜・金曜日	11:00から
36	ピアあさひ	シルバーピアあさひがおか集会所	第2・第4土曜日	10:00~11:00
37	新町ラジオ体操会	新町交流センター	毎週火曜日	9:00~12:00
38	トマトの会	都営平山第一集会所	毎週水曜日(第1は休み)	11:00~12:00
39	カトレア	公社平山住宅集会所	第2・第4金曜日	13:30~14:30
40	ぬくもりテラス	南平駅西交流センター	第4土曜日	13:30~15:30
41	ひまわり(ファミリー高幡不動)	百草台コミュニティセンター(旧百草台小)	毎週金曜日	11:00~12:00
42	美好会	カワセミハウス	毎週火曜日	10:00~11:00
43	ひの筋体操サロン日野高幡	高幡キリスト教会	毎週火曜日	13:30~14:30
44	かわべ会	川辺堀之内研修所	第2・第4水曜日	13:30~14:30
45	ふれあいサロン縁がわ	四ツ谷下東地区センター	第2・第4火曜日	10:15~10:40
46	快筋会	サンクレイドル日野 東平山集会所	第2・第4木曜日	14:00~15:00
47	玄風会	日野台2丁目地区センター	毎週木曜日	10:00~11:00
48	大空体操(平山住宅自治会)	平山住宅内の広場(15号棟の横)	平日(雨天中止)	9:30~10:00

体操などの介護予防に取り組む団体を募集しています。詳細は日野市社会福祉協議会へお問い合わせください。

事業者向け緊急経済支援策 日野市中小企業者事業継続支援補助金

ID 1016369

新型コロナウイルス感染症による影響で売上が減少し、厳しい経営環境に置かれた市内の中小企業者に対して、事業の継続を支援することを目的に補助金を交付します。

申請書および申請の手引きなどは、市HP(右記QRコードから)に掲載していますのでダウンロードしてください。また、市役所3階産業振興課・1階市民相談窓口、七生支所、豊田駅連絡所において申請書を配布します。



申請期間 3月31日(水)(消印有効)まで

補助金額 法人30万円、個人(個人事業主など)10万円

対象者 次の①~④をすべて満たしていること①申請日において市内で事業を営んでいる中小企業者(※1)であり、継続して市内で事業を営むことを予定している②市内に本社または事業所を有すること③確定申告の提出を行った直近1カ年の売上高など(事業収入)が130万円以上であること④令和3年1月または同年2月のいずれかの売上額が、前年同月に比べ、20%以上減少していること(※2)

※1 中小企業信用保険法第2条第5項第5号の指定業種を主たる事業として営んでいる法人・個人

※2 創業者および業容拡大により売上額の前年比較が困難な場合、特例あり

申請 3月31日(水)(消印有効)までに〒191-8686日野市役所産業振興課日野市中小企業者事業継続支援補助金担当へ申請書類を郵送※簡易書留など、郵送物の追跡ができる方法を推奨

窓口相談 土曜・日曜日、祝日を除く8:30~16:30※窓口での相談は事前予約のみ。下記相談ダイヤルへ申し込み

問 日野市中小企業者事業継続支援補助金担当事前予約・相談ダイヤル ☎514-8134※土曜・日曜日、祝日を除く8:30~17:15)

第2回

PlanT ビジネスプランコンテスト

2020グランプリが決定

ID 1003487

問 産業振興課 ☎514-8442

1月31日、PlanT(多摩平の森産業連携センター)で起業する方を発掘し、そのビジネスプランの実現と地域の創業・起業モデルの育成を目的にビジネスプランコンテストがオンラインで開催され、最終審査に残った10人が発表を行いました。広報今号では、このコンテストの様態を紹介します。

グランプリ受賞

日本発の地域密着型お買い物DXサービス「ツイディ(twidy)」が、日野市と多摩地域の課題を解決



やぶち たかひろ 八木橋裕さん

(ダブルフロンティア(株)代表取締役)

八木橋さんは、KDDI(株)で日本初の携帯電話国際ローミングサービスの立ち上げや、当時スタートしたSkypeとKDDIとの協業プロジェクトリーダーなどを歴任後、独立して同社を設立。海外の最新技術を持つ企業とのコラボビジネスを展開、アメリカのシリコンバレーのインスカー(食料品の即日配達サービスを運営する米国企業)に感銘

し、日本の特性に合わせてアレンジした地域密着型お買い物代行プラットフォーム「ツイディ(twidy)」を立ち上げました。今回のコンテスト



ツイディ twidy

では、スーパーなどの地域に根差した小売事業者、商店街などの地域商業施設、デリバリーを担える事業者、地域住民など地域の総力とテクノロジーを掛け合わせ地域課題の解決に向けたプランを発表しました。

審査では、このプランで提案された買い物弱者対策や高齢者の見守り支援、雇用の創出、買い物の3密対策などが評価され、グランプリの受賞となりました。今後のますますの活躍を期待します。

下記の方に共催および協力企業から各賞を授与

準グランプリ

(株)ホーン代表取締役・松本直樹さん

たましん賞

がじゅまるの樹代表・鳴海椋太さん

日野市商工会賞

(株)ハング・門脇寿光さん

東京日野ロータリークラブ賞および優秀賞

大阪工業大学・藤野雄大さん・古城智也さん・

嶋岡玲奈さん・吉岡泰慎さん

東京飛日野ロータリークラブ賞および優秀賞

狩野明子さん・狩野詩歩さん

ひの多摩倫理法人会賞 To C-cross代表・寺山文子さん



▲オンラインでの審査に臨む出場者の皆さま