



子ども英語教室開催

利根町生涯学習センターでは毎月2回程度、町内在住の小学生を対象に「子ども英語教室」を開催しています。学校でおなじみのALT（外国語指導助手）の先生が講師として参加し、英語でのゲームや、歌、または1対1での会話など、楽しく英語が学べる教室です。

複数回参加した方には、ささやかなプレゼントもあります！多くの方のご参加、お待ちしております。



第23回 音のまちTONE ふれあいコンサート開催

6月1日、利根町文化センター多目的ホールにおいて、「第23回音のまちTONEふれあいコンサート」が開催されました。

6組の団体が出演し、合唱、ピアノ連弾、トリオでのソプラノ・トランペット・ピアノ、箏曲、太鼓などの演奏を披露しました。

多くの方にお越しいただき、大盛況となりました。



利根町わくわく茨城生活実現事業移住支援金

町では、移住に係る経済的負担を軽減し、東京圏からの移住を促進するため、茨城県と連携し、「利根町わくわく茨城生活実現事業」を令和3年7月から実施しています。

令和6年度より、要件の内容（B就業に関する要件④に住宅を新築または購入した方）が追加になりました。

▼対象者

次のAおよびBの要件を満たす方

A 移住に関する要件

次の要件をすべて満たしていること
①利根町に住民票を移してから1年以内である方

②移住前、東京23区に在住していたまたは東京圏※1に在住し、東京23区に通勤していた方

③転入前に移住前相談表を提出されている方※2

※1東京都、千葉県、埼玉県、神奈川県（ただし、一部地域を除く）

※2必ず転入前に移住前相談をしていただく必要があります。

転入前の事前相談書類の提出がない場合は、要件を満たしていても移住支援金の交付対象となりません。

B 就業に関する要件

次の要件のいずれかを満たしていること

①茨城県が運営するマッチングサイトに掲載されている求人に就職している方

②プロフェッショナル人材事業※3を利用して就職している方

③起業支援金※4の交付決定を受け、茨城県内で起業している方

④移住後も、テレワークにより、移住前の業務を継続して行っている方で町内に住宅を新築または購入した方

⑤町内の学校を卒業した方または町内に通算3年以上居住したことがある方であり、かつ茨城県内で就業、起業もしくは千葉県印西市、我孫子市、柏市または栄町で就業した者

※3内閣府地方創生推進室が実施するプロフェッショナル人材事業または先導的人材マッチング事業

※4茨城県が実施する地域課題解決型起業支援事業に係る起業支援金

▼移住支援金の額

・単身世帯で移住した場合…60万円

・2人以上の世帯で移住した場合…100万円

さらに18歳未満の世帯員1人につき100万円を加算

※予算に達した場合は事前の予告なく終了となる場合があります。

この他、移住支援金の支給には所定の要件があります。

要件の詳細および申請書については、町公式ホームページをご覧ください。

くか、政策企画課地域振興係までお問い合わせください。

▼問い合わせ先

政策企画課 地域振興係
☎68・2211（内線333）

地域おこし協力隊通信

ランニング・ウォーキングのすすめ



稲垣鉄平隊員

こんにちは。走る協力隊・稲垣鉄平です！

7月号からの奇数月は私が担当していきますのでよろしく願います。

今月号はスロージョギングについてお話しします。スロージョギングとは、

疲れにくい程度（会話が出来る程度の速さ）のスピードでゆっくり走るランニングのことを言います。

ウォーキング動作より脚を多く大きく動かすので、脂肪燃焼と脚の筋力アップがウォーキングよりも効果的に

行えるトレーニングとなります。

また、通常のランニングに比べ、関節（膝や腰など）の衝撃や負担が少な

いため、けがのリスクが抑えられます。

ランニング初心者やウォーキングからレベルアップをしたい方におすすめの

トレーニングです。

【走り方（姿勢）】

①脚を引きすぎない

②なるべく踵をつかずにつま先で走る

③歩幅を広げない

④会話を楽しめるゆっくりのペース

⑤背筋を伸ばす

⑥腕は肘を軽く曲げて、コンパクトにリズムよく振る

以上を意識して走ります。

歩く、走るのがキツかったり困難な

福祉課から各種支援事業のお知らせ

重度心身障害者介護慰労金

日常生活において介護を必要とする障害者（児）の方を在宅で介護されているご家族のうち、主に介護にあたる方に慰労金を支給します。

▼支給対象者

在宅で重度心身障害者が介護している家族のうち、主として介護に当た

る方で令和6年4月1日現在利根町に住民登録がある方

※ただし、前年度中に重度心身障害者がの方が障害者総合支援法による福祉サービスを利用して

いる場合や、90日を超えて病院に入院している場合は、対象となりません。

▼重度心身障害者がいるとは

左記のいずれかに該当し、常時寝たきりの状態、または、食事・排泄および寝起きなど日常生活の大半に介助が必要なる方

①身体障害者手帳1級または2級

②療育手帳AまたはA

③精神障害者保健福祉手帳1級

④小児慢性特定疾病医療受給者または一般特定疾病医療受給者（介護保険法に定める被保険者に該当しない方）

▼支給額 1世帯あたり年額4万円

▼申請方法

①④の内該当する手帳や受給者証、介護者名義の預金通帳を福祉課障害福祉係までお持ちください。

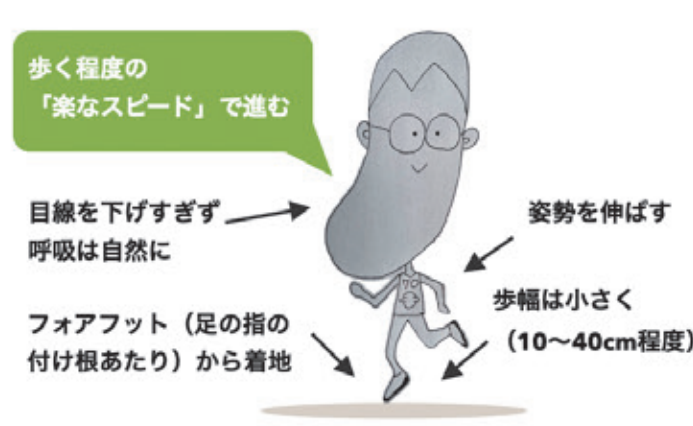
▼申請期限 8月30日（金）

▼問い合わせ先 福祉課 障害福祉係
☎68・2211（内線125）

方は無理をせず、まずは簡単な筋力トレーニングから始めていくと良いですよ。（前月号の広報に掲載された田井隊員のスクワットがおすすです）まずは第一歩、身体を動かすことから始めてみましょう！

ちなみに、6月15日から、毎月第1・第3土曜日の朝にラン＆ウォークの朝活イベントを始めました。

ご興味のある方は、役場などの公共施設に設置しているチラシをご確認ください。ご参加お待ちしております。



在宅介護慰労金支給事業

介護保険サービスを1年間利用せず、在宅の寝たきり高齢者や認知症高齢者などを介護している家族へ、慰労金を支給します。

▼支給対象者

町内に居住しており、7月31日時点で満65歳以上となる高齢者で、左記のすべてを満たす方を介護している家族など

①介護認定で要介護3～5に認定された在宅の高齢者・認知症高齢者など

②7月31日以前1年の間に介護保険サービスを利用しなかった在宅高齢者（7日間までの短期入所生活介護および短期入所療養介護、福祉用具貸与、特定福祉用具購入、住宅改修を除きます）

▼支給額

・要介護3…2万円（要介護3の方は町民税非課税世帯）

・要介護4・5…3万円

▼申請方法

役場福祉課窓口にある申請書に、必要事項を記入の上お申し込みください。

▼申請期間

8月1日（木）～9月30日（月）

▼問い合わせ先 福祉課 高齢介護係

☎68・2211（内線124）