

食推さんが支える地域の健康づくり

☎健康課多世代健康づくり推進室 ☎39・7508

現在、市内で484人が活動する食生活改善推進委員、通称“食推さん”。市民の健康づくりを「食」の面からサポートするボランティアです。地域での料理教室を中心に、適切な食生活の普及や食育活動に取り組んでいます。



働き盛り世代に向けた栄養講座

研修会で調理や健康の知識を習得

運動を通じた健康講座

食推さんの主な活動

地域や学校で知識を伝授



みんなの食育塾での郷土料理作り



調理実習を通じた多世代への食育

栖吉地区の親子料理教室

若い世代もぜひ参加を！

地域の料理教室に参加した際に勧められ、昨年からは食推になりました。仕事の合間に活動しています。

研修は勉強になることばかり。塩分の取り過ぎに気付くなど、自分の食生活の見直しにもつながっています。

今後は、若い人が参加したくなるようなことを企画し、食推の活動をさらに活気づけたいです。

表町地区 猪俣 謙太郎 さん

30年以上！楽しいから続けられる

2人とも、活動は30年以上になります。続けられるのは楽しいからこそ。みなさん無理せず、自分のできる範囲で参加しています。

地区の自主研修では、メンバーの作りたいものに挑戦したり、他の人からレシピを教えてもらったり。新しい知識が身に付き、みんなとの交流の場です。

栖吉地区

武樋 喜美子 さん (左)

田村 喜美子 さん

食推さんになりたい人 大募集

食生活改善推進委員 養成教室

5回以上の受講で、来年度から食推になれます。
 回 10月4日(火)・15日(土)、11月8日(火)・22日(火)、12月7日(水)・17日(土) 午前9時30分～午後2時30分 (計6回) 場 さいわいプラザなど 定 24人(先着) 申 8月31日(水)まで

食育総合講座「みんなの食育塾」 いつまでも元気に！生活習慣病 & フレイル予防の食事

回 9月15日(木)・28日(水) 午前10時～午後1時 (計2回) 場 さいわいプラザ 内容 講話、調理実習 定 15人(先着) 料 800円 持 エプロン、三角巾、筆記用具 申 9月6日(火)まで

食から健康を考えよう

15億円超のさらなる支援 物価高騰に対応

原油価格や物価の急激な高騰に直面する市民や事業者を支援するため、総額15億4,688万7千円の市独自の追加対策を行います。今後も市民生活や地域経済への影響を把握し、迅速に対応します。
 財 財政課 ☎39・2209



市民への支援 — 暮らしを守る

子ども1人に2万円(所得制限なし) 子育て世帯家計支援給付金

対象児童＝平成16年4月2日～令和5年3月31日に生まれ、次の①②のいずれかに該当する人
 ①令和4年6月27日時点で市内に住居登録がある
 ②28日以降に出生や転入により市内に住居登録された
 ③市から児童手当・特例給付を受給している保護者…登録口座に8月下旬までに振り込み(申請不要) ④⑤に該当しない人…8月下旬までに送付する申請書で
 回 子ども・子育て課 ☎39・2300



住環境の向上へ 住宅リフォーム支援事業補助金

回 これからリフォームを検討する、現在住んでいる築10年以上の住宅(過去に交付を受けた人も申請可) 対象工事＝屋根、外壁、内装、風呂、トイレなどのリフォームで市内に本社がある法人または個人事業主に工事を発注するもの 補助額＝10万円以上の工事費用の5分の1(上限額5万円) 申 8月1日(月)から市ホームページにある申請書を〒940-0062 大手通2-6 都市政策課(☎39・2265)へ郵送 ※予算額に達し次第終了。詳しくは市ホームページや都市政策課、アオーレ長岡、市民センター、各支所などにあるパンフレットで

そのほか…

・ポッキリパスポート・プレミアムクーポン券(市政日より9月号と同時配布)の増額

事業者への支援 — 地域経済の活性化

中小企業向け 省エネ設備導入緊急支援補助金

回 市内に事業所を有する中小事業者の省エネ設備の購入や設置 ①20万円以上のLED設備 ②20万円未満の高効率エアコンなど 補助額＝対象経費の3分の2 ①上限200万円 ②上限13万円 ※最大213万円 申 事業者向け総合相談窓口(産業イノベーション課内) ☎39・1238

運送事業者支援金

回 一般貨物自動車運送事業を営む法人または個人事業主 補助額＝営業車両1台当たり5万円(上限100万円) 申 事業者向け総合相談窓口(産業支援課内) ☎39・1238

肥料高騰に伴う化学肥料低減対策支援事業補助金

回 農作物を販売している農家、法人などによる有機質資材を使用した秋の土づくり 申 8月1日(月)～31日(水)に各農業協同組合へ 担当＝農水産政策課 ☎39・2223

そのほか…

・「長岡市内宿泊応援キャンペーン」への市負担金の増額、バス・タクシー事業者への支援など

製造業デジタル化 実装モデル事業補助金

回 中小製造業者のデジタル化による人手不足対策や生産性改善の取り組みなど 補助額＝事業費の2分の1(上限90万円) 申 NPO法人長岡産業活性化協会NAZE ☎42・8700 担当＝産業支援課 ☎39・2222