

令和2年度市民活動推進事業補助金 事業提案募集について

市民活動の活性化を推進するため、自主的に行う公益的な事業に要する経費の一部を補助します。

対象団体 市内に活動拠点を有し、市内で継続的に市民活動を行っている、または新規に行う意思があると認められる5人以上で構成された団体で、組織の運営に関する規約、会則などの定めがあるもの。

対象事業 令和2年4月1日から令和3年3月31日までに実施される市民活動の事業で、原則、市内全域を対象とした公益性の高いもの。
※他の助成制度などの補助を受けていない事業に限ります。

補助金の種類及び限度額等

補助金の種類	自立促進事業	活性化事業	
対象団体 (令和2年4月1日時点で)	設立後1年未満の団体	設立後1年以上の団体	
補助回数及び限度額	10万円(上限)	同一事業で 連続3年度間	補助対象経費の2分の1以内 (上限 20万円)

※補助金額については、令和2年3月議会での「令和2年度あま市一般会計予算」議決後の、当該補助事業にかかる予算の範囲内となります。
※補助金の交付は、1団体につき1事業、かつ同一年度内で1回のみです。

応募期間 11月1日(金)から11月29日(金)までの平日午前8時30分から午後5時15分まで

応募方法 要望書に必要書類を添えて企画政策課(本庁舎)へ提出してください。

※事前相談を兼ねて募集要領を配布しますので、応募される方は、上記期間中に必ず企画政策課にお越しください。

審査方法 公益性、創造性、自発性、継続性等の項目について書類審査し、必要に応じて、応募団体へのヒアリング、プレゼンテーションを実施します。

審査結果は、令和2年3月下旬にお知らせするとともに、市公式ウェブサイト等で公表します。

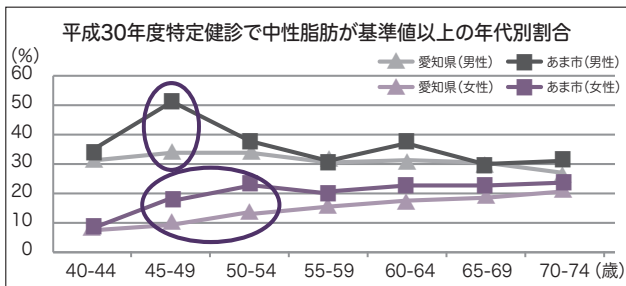
問合せ先 企画政策課 ☎444・1712

脂質異常症とは?

脂質異常症とは、血液中の中性脂肪やLDL(悪玉)コレステロールが多い、あるいはHDL(善玉)コレステロールが少ない状態をいいます。

中性脂肪は体を動かすエネルギー源であり、コレステロールは細胞膜やホルモンなどを作る原料となります。どれも体に必要不可欠ですが、このバランスが崩れると動脈硬化が進み、脳卒中や心臓病の原因となります。

平成30年度国保特定健診の結果によると、あま市は中性脂肪が基準値150mg/dlを超えている方が男女ともに愛知県に比べて多い傾向にあり、年代別では、男性は45~49歳、女性は45~54歳の方で他の年代の方と比べてその差が大きくなっています。



問合せ先 保険医療課 ☎444・3168

中性脂肪が高めの方 生活習慣改善ポイント

○適正体重を維持

肥満(BMI25以上)であれば、食べ過ぎや身体活動不足を解消しましょう。体重の3~4%を減らすだけで、中性脂肪値の改善効果が期待できます。

※BMI=体重(kg)÷[身長(m)×身長(m)]

○主食の重ね食べをしない

ラーメンとチャーハンのセットのように、ごはん・パン・麺類が重なる献立は避けましょう。

○甘い食べ物をとりすぎない

菓子や甘い飲み物、果物のとり過ぎは中性脂肪値を高めます。

○過度の飲酒を控える

適量は個人差がありますが、節度ある適度な飲酒量のめやすは、ビールの場合500mlです。過度の飲酒も中性脂肪値を高めます。

○身体活動量を増やす

ウォーキングなどの有酸素運動を週3日以上続けると効果的です。歩数の目標は1日8,000歩~10,000歩程度です。掃除や料理などの生活活動で体をこまめに動かしましょう。

※治療中の病気がある方は、あらかじめ医師に相談してから取り組むようにしてください。

虐待の相談・通報はこちらへ

児童虐待 ☎444・3173(子育て支援課)または☎189(児童相談所全国共通ダイヤル、24時間対応)

障がい者虐待 ☎444・3135(社会福祉課)

高齢者虐待 ☎444・3141(高齢福祉課)

※市役所は平日午前8時30分~午後5時15分
(夜間・休日は宿日直につながります)

※FAX番号 ☎443・3555(共通)