

令和4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、市内において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4年4月1日から令和5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4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3年度 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4年3月議会での「令和4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、かつ同一年度内において1回のみです。

応募期間

11月1日(月)から11月30日(火)まで(土・日曜・祝日を除く)

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。

審査選考方法

公益性、創造性、自発性、継続性など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。選考結果は、令和4年3月下旬に通知するとともに、市公式ウェブサイト等で公表します。

問合せ先 企画政策課市民協働係 ☎444・1712 FAX444・0982

放置するとこわい!脂質異常症

脂質異常症とは

脂質異常症とは、血液中の脂質のバランスが崩れている状態のことをいいます。

コレステロールや中性脂肪などは、血中脂質の一種でからだにとって大切な成分ですが、**食べ過ぎ・多量飲酒・喫煙・運動不足**などの生活習慣を続けていると、血中脂質のバランスが崩れます。

その結果、動脈硬化が促進され、心筋梗塞や脳梗塞などの命に関わる病気を招くこともあります。

健診を受け数値が高めだった方は、生活習慣を見直し、できることから始めましょう。

問合せ先 保険医療課(保健事業グループ) ☎462・6683 FAX443・3555

①摂取エネルギー量を減らす

- ・肉類は脂質の少ない部位を選ぶ
- ・「ゆでる、蒸す」など調理方法を工夫する

②お酒は適量

- ・休肝日をつくる
- ・1日に、ビールなら500ml、日本酒なら1合が適量(女性はその半分)

③運動する

- ・脂肪を燃やす有酸素運動(ウォーキング等)
- ・脂肪を燃やしやすくする筋トレ