

健康推進班よりおしらせ

☎(77)30008
(66)30009

脳いきいき講座 始まりました！

脳トレやデュアルタスク（一度に二つ以上のことをする訓練）をして、脳を磨きましょう。誰かと比較するのではなく、自分自身のために是非ご参加ください。

今年3月に改正道路交通法が施行され、免許更新について悩まれている方も増えています。講座の中では、「講習予備検査」や、運転免許証主返納制度等の紹介も予定しています。

日時	7月～9月の毎月2回
午前	10時～11時30分
7月21日	8月4日・25日
9月8日・22日	※いずれも金曜日

会場	上小阿仁村保健センター
（8月4日のみ開発センター）	村内に住む65歳以上の方、脳の活性化・認知症予防に興味のある方（運転の有無は問いません。）

※参加希望者はご連絡ください。

糖尿病を知ろう！ 健康づくり講演会のお知らせ

村では特定健診の結果、メタボ予備軍・該当者、血糖が高めである方が県平均よりも高い現状です。ご自身の健診結果、血液検査結果をご持参の上、糖尿病について理解を深めましょう。

7月28日(金)
午後1時30分～3時

上小阿仁村保健センター

大館市立総合病院
内分泌・代謝・神経内科
部長 池島 進 先生
「糖尿病を予防しよう～自分の血糖値を知ろう～」

健康づくり応援講座

生涯現役で健康に過ごすために、一緒に健康づくりをしませんか？自分のため、家族・友人のため、集落・地域へ健康の輪を広げましょう。

開催日	午前10時～午後1時
①	7月24日(月)
②	8月28日(月)
③	9月25日(月)
④	11月上旬



男性も料理に挑戦！ 男性の料理教室参加者募集中

※65～69歳世帯の方へは、配信希望の有無について、(1)7月14日(金)、(2)7月18日(火)に音声画像を配信し確認します。希望された方に、7月24日(月)から配信します。

対象となる方
65歳以上の独居、高齢者世帯の方
(平成29年6月23日時点)

食事・発音のための口腔の健康づくり、快適な毎日のための排泄について等

会場
上小阿仁村保健センター
対象者
健康づくりに興味のある方
内容
健康づくり講演会

申込先	住民福祉課健康推進班
申し込み〆切	7月14日(金)
会場	保健センター (ふれあいお弁当作りへの協力)

参加費
一回500円
持ち物
筆記用具・エプロン・三角巾・メガネ

歯周病検診のお知らせ

口の中の健康を保ち、歯の喪失予防を目的として、左記の方を対象に歯周病検診を実施します。

◆対象者…40歳・50歳・60歳・70歳の方
(年齢基準日は、平成30年4月1日)

◆期間…平成29年7月1日(土)～
平成30年2月28日(水)

◆医療機関…上小阿仁国保診療所・
わしや歯科医院・北秋田市の歯科
医院8カ所

◆受診方法…申し込み後、受診券をお送りしますので、個々に検診医療機関に電話等で予約し、受診されますようお願いします。

◆検診内容…歯の状況及び歯肉の状況について問診、診察、指導



◆受診料…国保加入者 無料
国保以外の方 1300円

誤 正 小学6年生
武石 たけいし 千尋さん ちひろ
千嘉さん ちひろ

お詫び

広報6月号でご紹介した、「平成29年度むし歯のない子」において、左記のとおり、お名前での記に誤りがありました。訂正してお詫び申し上げます。

◆持ち物…平成29年度健康診断のお知らせ(桃色)、「私の健康記録」、健康保険証、内服しているお薬が書いているもの

◆対象者…40歳以上74歳以下の方で、6月の集団健診で特定健診を受診していない方

◆実施期間…7月4日(火)～7月28日(金)
火曜・金曜日(※事前予約が必要)
◆予約期間…7月24日(月)まで
(上小阿仁国保診療所)
☎(77)2042

村国保加入者は、特定健診のみ「上小阿仁国保診療所」で受診できます。

特定健診(個別)のお知らせ

平成29年度 胃検診日程表

4月の健(検)診申込書で「村の検診を受ける」と申し込みのあった方に、詳細について記載した案内を郵送しております。(平成29年6月30日付)

申し込んでいない方でも検診を希望される方は、7月14日(金)まで健康推進班にお申し込みください。

(1)検診料金・対象・内容について

検診料金		対象・内容	
国保と後期高齢者	その他の健康保険		
無料	2,000円	40歳以上の方(年齢基準:平成30年4月1日時点) 29年度無料クーポン券対象者 検診車で実施、胃の透視(レントゲン)	

(2)日程・会場・対象集落について

月 日	会 場	対象集落	受付時間
7月13日(木)	五反沢児童館	下五反沢・中五反沢・上五反沢	5時30分～7時30分
7月19日(水)	沖田面公民館	沖田面・水無・大海	5時30分～7時30分
7月20日(木)	羽立公民館	長信田・羽立・大阿瀬・堂川	5時30分～7時30分
7月23日(日)	保健センター	下仏社・上仏社・杉花・無料クーポン券対象者	6時～8時
7月24日(月)	沖田面公民館	沖田面	5時30分～7時30分
7月26日(水)	開発センター	小沢田・福館	5時30分～7時30分
7月27日(木)	大林公民館	大林・小田瀬・南沢・不動羅・中茂・八木沢	5時30分～7時30分

※胃検診について…下仏社・上仏社・杉花・小田瀬・南沢・不動羅・中茂・八木沢は送迎バスが出ます。



☎60-9000
(こあに電話)

会場

上小阿仁村生涯学習センター

1階 多目的ホール

※入場無料、自由席です

芸能まつりに関する詳しい内容については別添のチラシをご覧下さい。

●申し込み・問い合わせ先

上小阿仁村生涯学習センター

☎(60)9000

しておりますので皆さまのご協力を
お願いします。

●作品出展予定申込

展示スペース確保の都合上、

8月31日(木)までに、出展予定の作品の大きさ、出品点数、作品名、氏名、集落名を生涯学習センター備え付けの申込用紙によりお知らせください。

※正式な申込は10月の学習週間前を予定しております。

生涯学習週間
生涯学習村民のつどい

展示作品、作文を募集します

7月23日(日)午後1時
第19回
芸能まつり 開演

10月16日(月)から22日(日)の1週間は生涯学習週間として、生涯学習センターに作品展示を行います。

次のとおり作品や作文の募集をしておりますので、お早めに制作活動等に取り組んでいただき、是非お申込下さるようご案内いたします。

村内自主活動グループによる、歌・踊り・器楽など様々なジャンルの演目を予定しております。
また、昨年に引き続き村外のグループによる特別出演も予定しております。

多数の皆さんのご来場をお待ちしております。

◆作品展示

絵画、書道、俳句、写真、パッチワークなど、その他のもも含めて、日々の学習の成果となる作品を募集します。近年作品の出展数が減少

◆作文・読書感想文

テーマは自由です。

●出品枚数

四百字詰め原稿用紙2~5枚

●タイトル

はじめに、題、住所、氏名、年齢を明記すること

●問い合わせ先

上小阿仁村生涯学習センター

☎(60)9000



第48回村民登山



6月11日(日)に村民登山が開催され、村内外から23名が参加し、無事に登頂を果たしました。関係者の方々には、紙面を借りてお礼申し上げます。来年度も是非多くの皆様にご参加いただけるようお待ちしております。

かみこあに 総合型クラブ スマイル活動予定

●卓球のつどい

毎週火・木曜日
午前9時30分～

毎週木曜日
午後7時30分～
トレーニングセンター

●バレーボールのつどい

毎週金曜日
午後7時30分～
トレーニングセンター

●ユーフォールのつどい

毎週木曜日
午後1時～
地域センター(体育館)

●太鼓のつどい

7月19日、8月2日(水)
午後7時30分～
生涯学習センター

これらには公民館社会体育委託活動が含まれます。

参加希望者は事務局へお問い合わせください。

●問い合わせ先 かみこあに総合型クラブ事務局

☎ (77) 2044

いつでも・どこでも・だれでも

生涯学習

ナイターソフトボール大会 お盆野球大会 出場者募集

◎ナイターソフトボール大会

【日 時】 7月24日(月)～26日(水)

開会式 午後6時30分

【場 所】 村民グラウンド

【参加料】 **[ルール]** 1チーム 6000円
1チーム 15名以内

女性2名以上を選手として全イニング出場すること

【申込期限】 7月14日(金)まで

◎お盆野球大会

【日 時】 8月15日(火)

開会式 午前8時30分

【場 所】 村民グラウンド

【参加料】 **[ルール]** 1チーム 2000円
1チーム 20名以内
(監督・コーチ含む)

中学校3年生～高校生までの出場は3名まで

ボランティアは、
加賀谷ノリさん
でした。

新しく入った本の紹介

【無制限貸出サービス 実施のおしらせ】

7月・8月は、無制限貸出サービスを実施いたします。

通常、おひとり5冊まで10日の貸出をしておりますが、小中学校の夏休み期間に合わせて、おひとり何冊でも何度でも貸出いたします。

ただし、一部対応できない図書もございますので詳細をご確認ください。

*実施期間

7月1日～8月31日

*貸出期間

貸出日から30日間

*制限のある図書

新しい本(2冊まで)は貸出期間を10日間といたします。

◆貸出中に予約が入った場合は、

10日間経過後連絡いたします。

ので返却にご協力ください。

◆帰省中の方が本を借りたい場合は、その世帯主へ貸出いた

します。『図書利用カード』

をお持ちください。

◆保育園でのよみきかせは、ゆり組とひまわり組で行いました。
◆紹介した本の他にもございます。
◆劇場
(又吉直樹など)
◆調味料の危険度調べました
(リズム遊び超かんたん体操はじめての俳句)



【図書館ボランティアの活動を紹介します】

保育園でのよみきかせは、ゆり組とひまわり組で行いました。

休館日のおしらせ

*7月17日(月)海の日
*8月11日(金)金山の日

祝日のため休館します。
本の返却はできませんので
ご注意ください。
お盆期間中は通常どおり開
館いたします。

税務保険班からのお知らせ

後期高齢者医療の保険料決定通知と国民健康保険税の納税通知書が7月中旬に届きます

保険料は、特別徴収（年金からの徴収）と普通徴収（口座振替または納付書による徴収）による方がおりますので、ご確認ください。

国民健康保険税及び後期高齢者医療保険料について

・介護分	所得割 上限	所得割 均等割 平等割	所得割 上限	所得割 均等割 平等割	所得割 均等割 平等割
所得割 上限	16万円	19万円	54万円	1万8500円	7・2%
均等割 平等割	5200円	7400円	1万8500円	1万8500円	5500円
均等割 平等割	4500円	5500円	4500円	4500円	4500円
均等割 平等割	21%	2・1%	500円	500円	500円

後期高齢者医療の被保険者証（保険証）が新しくなります。

今までお使いいただいていた後期高齢者医療の「保険証」が新しくなります。

り、7月下旬に加入者の皆様全員に送付されます。新しい保険証の色は「水色」になります。申請手続きの必要はありません。

また、保険証は、被保険者の所得に応じて、自己負担割合が1割の方と3割の方がおりますので、ご確認ください。

○国保の納税義務者は世帯主となり、年金徴収の対象者は、国保加入者が全員65歳以上で、年額18万円以上の年金を受給している世帯主（擬制世帯主は除く）です。

※年度途中の異動の方、介護保険料と国保税・後期高齢者医療保険料の合算額が年金受領額の2分の1を超える場合は特別徴収の対象となりません。

また、国保税・後期高齢者医療保険料を滞納なく納付している方は『申し出』により普通徴収（口座振替）で納付できますので、希望される方は住民福祉課に問い合わせてください。

なお、特別な理由により納付が困難な場合は、減免制度があります。

平成28年中の所得で世帯全員が住民税非課税の場合、窓口の支払が自己負担限度額までになる「限度額適用・標準負担額認定証（8月1日から1年間有効）」の交付が受けられます。

付しますので返送してください。
■後期高齢者医療に加入している方現在交付を受けている方で引き続き世帯全員が住民税非課税となる世帯については保険証と一緒に送付します。

なお、世帯全員が非課税であつても以前に交付を受けている方については交付されません。交付を希望の方は住民福祉課で申請してください。

受給者証の有効期間が平成29年7月31日までになつている方が対象ですが、平成28年中の所得算定後、8月1日からものが7月下旬に送付されます。

高齢受給者証をお持ちの方へ

【福祉医療費受給者証】 【福力カード】が更新されます

受給者証の有効期間が平成29年7月31日までになつている方が対象です。必要なものを持参のうえ手続きをしてください。

■更新期間
7月24日(月)～7月31日(月)

手続きに必要なもの

- ・申請書（窓口にあります）
- ・印鑑
- ・現在お持ちの受給者証
- ・受給者の健康保険証
- ・身体障害者手帳・療育手帳（交付を受けている方のみ）
- ・身分証明書（運転免許証など）

問い合わせ先

住民福祉課 税務保険班

■国保に入っている70歳～74歳の方
該当の方については申請書を送

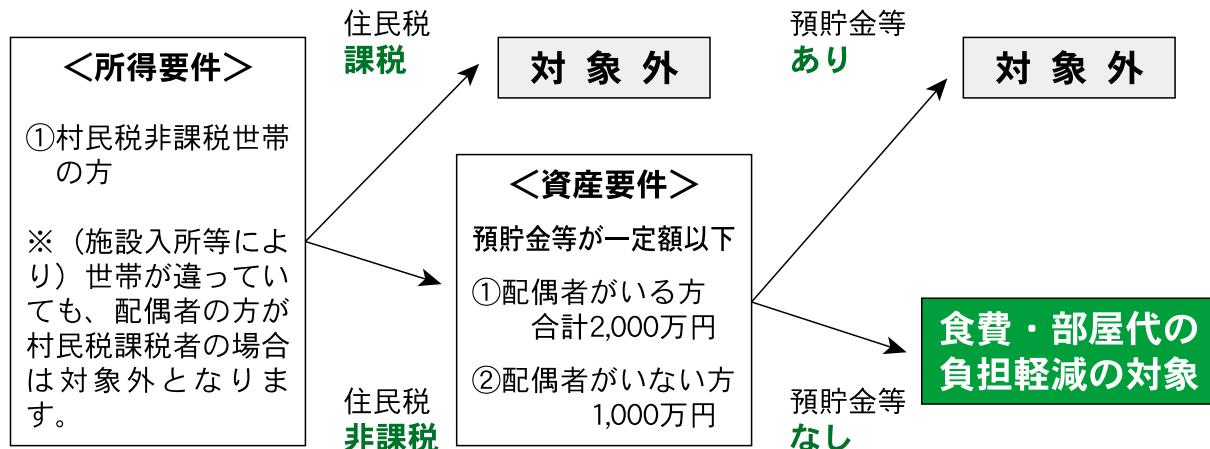
（7）2222
2

介護保険からのお知らせ

介護施設等利用の負担限度額認定

介護保険3施設（介護老人福祉施設、介護老人保健施設、介護療養型医療施設）や、ショートステイを利用した場合の「食費」「部屋代」は、原則、利用されたご本人の自己負担となります。下記に該当する場合には「食費」「部屋代」の負担軽減を行っています。

〈食費・部屋代の負担軽減 対象者の判定〉



〈利用者負担段階と負担限度額〉

	対象者	負担限度額(日額)	
		部屋代	食費
第1段階	・世帯の全員(世帯を分離している配偶者含む)が村民税を課税されていない方で、老齢福祉年金を受給されている方 ・生活保護等を受給されている方	多床室	0円
		従来型個室 (特養等)	320円
		従来型個室 (老健・療養等)	490円
		ユニット型準個室	490円
第2段階	・世帯の全員(世帯を分離している配偶者含む)が村民税を課税されていない方で、合計所得金額と課税年金収入額と非課税年金収入額の合計が、年間80万円以下の方	ユニット型個室	820円
		多床室	370円
		従来型個室 (特養等)	420円
		従来型個室 (老健・療養等)	490円
第3段階	・世帯の全員(世帯を分離している配偶者含む)が村民税を課税されていない方で、上記第2段階以外の方	ユニット型準個室	490円
		ユニット型個室	820円
		多床室	370円
		従来型個室 (特養等)	820円
	・上記以外の方	(老健・療養等)	1,310円
		ユニット型準個室	1,310円
		ユニット型個室	1,310円
		負担限度額なし	

◎負担限度額認定証をお持ちの方

現在お持ちの「介護保険負担限度額認定証」の有効期限は「平成29年7月31日」までとなっております。6月下旬に更新のご案内を送付しておりますので、ご確認の上、7月21日までに、役場住民福祉課窓口へ提出してください。

◎負担限度額認定証をお持ちでない方

随時、申請を受けしておりますので、役場住民福祉課窓口へお越しください。

〈申請に必要なもの〉

- ①申請書（所定の様式）、②印鑑（配偶者がいる方は2人分）、
③お持ちの通帳すべて（配偶者がいる方はその方の分もすべて） ※記帳してお持ちください。

●問い合わせ先 住民福祉課住民福祉班 ☎ 77-2222