

生涯学習センター だより



●申込・問い合わせ先
上小阿仁村生涯学習センター ☎ (60) 9000

第25回芸能まつり

村内自主活動グループによる、歌・踊りなどの演目を予定しております。皆さまお誘いあつてご来場ください。

日時

7月20日(日)午後1時～

場所

生涯学習センター 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チラシをご覧ください。

上小阿仁村 文化賞表彰のご案内

教育委員会では文化賞の表彰を行っています。村内において次の基準に該当する方がおられましたら情報の提供をお願いいたします。

■表彰の基準

- ①功労賞
文化活動に深い理解と熱意を持ち、人格高潔にして他の模範となる方
- ②栄光賞
対象期間中、中学生で全県以上において3位以内に準ずる成績を収めた方
- ③奨励賞
対象期間中、小学生で大館北秋田大会以上において優秀な成績を収めた方
- ※優秀な成績とは、大館北秋田大会では1位相当、全県大会以上においては6位(団体は3位)以内入賞に準ずる成績を指すものとしません。
- ④前各号の他、特に表彰することを適当と認められた方

■対象期間

令和6年10月1日
～令和7年9月30日

かみこあに大学 「金魚のモビールづくり」

■7月開催

7月17日(木)
午前10時～11時30分

「メタバース×キンビ」

を体験しよう!

インターネット上の仮想近代美術館で美術作品の鑑賞をしてみましよう♪

■8月開催

8月7日(木)
午前10時～11時30分

「金魚のモビールづくり」

5月に予定していた、ゆらゆらかわいい金魚のモビールを作ります! オリジナルのモビールを作ってお家で楽しみましょう☆

【8月開催分について】

■申込締切

令和7年7月25日(金)

準備の都合がありますので、お申し込みをお願いします。

※夏休みの小学生の参加大歓迎

小学生の参加者には昼食を準備します。

※大人の方で昼食を希望される場合は有料となります。

※上小阿仁村公民館と青少年育成上小阿仁村民会議の共催事業です。

お盆野球大会

出場者募集!!

村民グラウンドにおいて、お盆野球大会を開催します。皆さまのご参加をお待ちしております!

■日時

8月15日(金)
開会式 午前8時30分

■チーム編成

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

■参加費

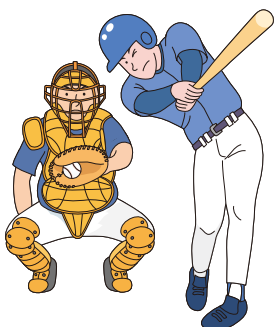
1チーム 2000円

■申込方法

申込書に記入のうえ、村公民館へお申し込みください。

■申込期限

7月31日(木)まで





第54回村民登山(森吉山)

6月8日、第54回村民登山が開催され、今年も太平山への登山は難しいことから、森吉山への登山となりました。

大雪の影響で、山頂までの登山道は、昨年よりもずっと雪が多く、まるで冬に戻ったような所もありましたが、雪景色のほか、花が満開の所もあり、冬から夏まで一気に体験できた登山となりました。

村外の方を含む39名の参加者は、村山岳会のサポートにより、無事に全員登頂することができました。

下山後は、5回・10回の記念登頂者の表彰を行い、みんなで登山の成功を祝いました。

スマホ・パソコンなんでも相談会(月1回の定期講座)

日時 8月20日(水)
午前10時～12時

場所 コアニティー

8月の内容

(基本編) LINE電話の仕方、アイコンの変更、グループ作成

(応用編) アプリとは?・アプリのインストール

持ち物 自分のスマホ

定員 6名(参加料は無料)

講師 折笠昭宏氏(長信田)

申込先(講師直通) 7月31日(木)

申込先(講師直通)

090(9147)3777

※パソコンを学びたい方は要相談。

英会話講座

(月1回の定期講座)

日時 8月19日(火)
午後7時～8時30分

場所 コアニティー

内容 初心者向けの英会話講座です。

定員 10名

参加料 無料

講師 ブラックロック・ヒュー先生

(小中学校ALT)

申込締切 8月8日(金)

申込締切 8月8日(金)

としよかんだより

開館時間は午前9時～午後7時です。

★1人5冊まで、10日間貸出しております。

★貸し出しの際は「図書利用カード」が必要ですので忘れないでください。

【新着図書のお知らせ】

・自分で自分の介護をする本

(小山朝子)

・47都道府県 日本の地元食大全

(菅原佳己)

・それでも人生にYesと言

うために JR福知山線事

故の真因と被害者の20年

(柳田邦男)

・踊りつかれて (塩田武士)

・天までのぼれ (中脇初枝)

・だいたいしあわせ

(阿川佐和子)

・みぞれ 矢田津世子遺稿集

(五城目町教育委員会)

他



次回のおはなし会は

7月13日(日)11時からです。

楽しい絵本を用意してお待ちしています!

【7月のテーマ展示】

一般書

「名探偵たちの事件簿」

推理小説には読者の心をつかんで離さない魅力的な謎が詰まっています。作者が仕掛けた巧妙なトリックに挑戦してみませんか?

児童書・絵本

「ちよつとだけこわい? おばけの絵本」

ちよぴりこわいけど、実は優しいおばけさんたちが絵本の中で待っています。小さなお子様から小学生まで、家族みんなで楽しめる絵本を集めました。

県立図書館の「エッセイいろいろ」セットが到着しています。村立図書館の図書利用カードで借りることができます。期間は8月31日までとなっています。この機会にぜひご利用ください。

休館日のお知らせ

7月21日(月)海の日

8月11日(月)山の日

祝日のため休館いたします。

地域おこし協力隊 日誌 117

チーム「崖っぷち」で ソフトバレーボール大会に参加



上小阿仁に来て移動販売の業務に携わり、2か月が過ぎました。その間、小中学校の運動会を見学し、さなぶり祭り、沖田面の神輿担ぎ、ソフトボールバレー大会を経験しました。私が住んでいる小沢田集落では、お借りした畑を始め、花植えや草刈り作業にも参加しました。



岸 編

の販売業務ですが、道の駅・現社長の石上稔さんが礎を築き、協力隊の先輩の菅沼悠さんが引き継いでこられた方法を踏襲する形で、いろいろ教えていただいている段階です。お客様のご要望にお応えできるよう、見えないところでたくさん工夫をされている姿を間近で見させていただき、この業務の奥深さを感じる事が多いです。積んでいきたい商品の品質があまり良くないという場面もあり（野菜や果物など）、そんな中、天候や気温によって積む商品や数量を調節し、過不足がないように持ち出すのは、とても難しい作業です。そして、お客様が多く、忙しく走りまわる日は大変ではありますが、たくさんお買い上げいただけるとやはりうれしいですし、それだけ、お客様の笑顔を見られるということでもありますので、それがやりがいとして、明日への活力になっているのです。お買い求めいただいた商品を、「この前買った〇〇、おいしかったよ～」と言っていると、もちろん私の手柄ではありませんが、自分のことのように嬉しいです。強面の見た目から、少々とっつきにくく感じるとは思いますが、根は優しい奴ですので、お気軽に話し掛けてくださるとありがたいと思います。

地域おこし協力隊OBの活動報告

「久しぶりだなあ、元気だったか？」「今、何やってらった？」

地域おこし協力隊を退任してからも、地域の皆さんからたくさん声をかけていただけてとっても嬉しいです。

私はこれまでと変わらず、上小阿仁で元気にやっています。

「秋田の発酵菓子 なかみや」として、道の駅かみこあにや県内のマルシェでお菓子を販売したり、お菓子を皆さんと一緒に作るワークショップも続けています。そして最近、米のとぎ汁で漬ける水キムチにはまっています。

キムチの名前からわかるように韓国の漬物ですが、唐辛子を使わないので辛くありません。つけ汁にはぬか漬けの約20倍の乳酸菌が含まれているそうです。

簡単に作れて、美味しくて、お腹の調子も整えてくれる水キムチ。

これからの季節にもぴったりです。

この水キムチを作るワークショップを開催予定ですので、興味のある方はぜひ一緒に作りましょう！

なかみやさんと一緒に水キムチを作ろう！

開催日時：7月26日(土) 午前10時～午後1時

開催場所：保健センター 調理室 材料費：2,000円

持ち物：エプロン、タオル、三角巾、水キムチ用野菜約150g、米1合、水キムチを漬ける瓶など（詳細は申込時にお伝えします）

募集人数：6名 申込、問合せ：TEL 090-5074-5793（中宮）メールtakapoo414@gmail.com



中宮さん



地域おこし協力隊OBの活動報告



家からの景色がお気に入りです戸

ロマンあふれる所で気に入っている所です。築の古い物件でしたが、持ち主の方が丁寧に暮らしていたんだと思う箇所がいくつもあり、村内の方の家を守っていく姿勢に感銘を受ける今日この頃です。

村に限らず、県内には“何もない”というイメージが先行しがちですが、“何もない”（ごちゃごちゃと色々なものがない）から魅力に感じる事もあって、それを目当てに来る方もいるので、ぜひ住まわれている方には誇りを持って欲しいなと思います。

今後家の一室を仕事場にしつつ、スマホ・パソコン教室やホームページ作成などのデジタル支援、イベント企画、観光分野の事業、焼き鳥のキッチンカーなどをする予定です。今後ともみなさまよろしくお願いいたします。

村内の空き家を改修し、定住しました！

広報をご覧のみなさま、ご無沙汰しております。僕は協力隊退任後、村内の空き家を購入し、無事に定住させていただいております。

元々上小阿仁に来たのも、山に囲まれ自然豊かな静かな場所で穏やかに暮らしたいという憧れがあったので、現在住まわせて頂いている長信田の物件は家からの眺望も良く、裏庭が山を背負っているという何とも



折笠さん



裏山からの鳥のさえずりで起床します笑

地域おこし協力隊OBの活動報告



菅沼さん

令和7年3月末で地域おこし協力隊を退任し、4月からは道の駅かみこあにの契約社員として引き続き移動販売車に乗っています。退任が近づくにつれ、移動販売で日々顔を合わせる皆様と、そして上小阿仁村というこの場所でもう少し共に過ごしたいという気持ちが

が溢れました。

移動販売では変わらず皆様と様々な話をし、たくさん笑い、毎日がとても充実しています。協力隊ではなく道の駅の一員になったことで、「活動」から

「仕事」に変わりました。立場が変わって移動販売に携わり3か月が経ち、協力隊としての経験や

石上さんから見て聞いて学んだものを生かしていくのはもちろんですが、移動販売車における考え方や目標に自分の中で変化を感じています。ですが、皆様と過ごす時間や想いに大きな変化はなく、これまでとは変わらず大切に楽しんでいたと思っています。私が移動販売車に携われる期間は決まっていますが、一日一日を当たり前にせず思い出はひとつ残らず心にしまいながら頑張っていきます！

行き届かないところもあるかと思いますが、今後ともどうぞよろしくお願いいたします！！



税務保険班からのお知らせ

国民健康保険税の納税通知書と後期高齢者医療の保険料決定通知を7月中旬に送付します。

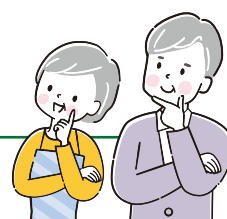
保険料の徴収方法は、特別徴収（年金からの徴収）と普通徴収（口座振替または納付書による徴収）の2種類があります。

◇国民健康保険税

	医 療 分	後期高齢者 支 援 分	介 護 分
上 限	66万円	26万円	17万円
所得割	7.2%	2.5%	2.1%
均等割	1万8,500円	7,400円	5,500円
平等割	1万8,500円	5,200円	4,500円

◇後期高齢者医療保険料

上 限	80万円
所得割	9.02%
均等割	4万5,260円



後期高齢者医療制度に関するお知らせ

資格確認書が8月1日から「黄色」に変わります。7月下旬にお届けしますので、8月1日以降は新しい資格確認書を病院や薬局などの窓口に提示してください。（※令和6年12月2日に紙の保険証、限度額証、減額証は廃止されました。）

今までお使いの保険証（うす赤色）
有効期限：令和7年7月31日まで



新しい資格確認書（黄色）
有効期限：令和7年8月1日から
令和8年7月31日まで

◆「限度額適用認定証」「限度額適用・標準負担額減額認定証」をお持ちの方へ

現在、交付を受けている方で、引き続き対象となる方には、限度額証、減額証に変わり、資格確認書に負担区分が明記されたものを送付いたします。

令和6年度の交付を受けていない方には明記されませんので、明記を希望される方は住民福祉課へ申請してください。

福祉医療（マル福）に関するお知らせ

現在お持ちの福祉医療費（マル福）受給者証の有効期限が令和7年7月31日までとなっている方には、8月1日から有効の新しい受給者証を7月下旬に送付します。

8月以降、病院を受診される際は有効期限を確認のうえ、保険証と一緒に提示してください。

ご不明な点がありましたら、お気軽にお問い合わせください

●問合せ先 住民福祉課 税務保険班（国保・後期・福祉医療） ☎77-2222

国民健康保険制度に関するお知らせ

国民健康保険税の納税通知書は、世帯主の方に送付しております。世帯主の方が国民健康保険に加入されていない場合でも、ご家族に加入されている方がいる場合は通知が届きますので、必ず内容をご確認ください。

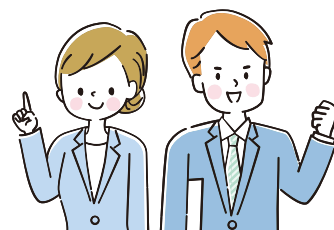
◇新しい資格確認書（又は資格情報のお知らせ）が発行されます。

国保へ加入されている全ての方へ、新しい資格確認書（マイナ保険証の利用登録をしている方は資格情報のお知らせ）が発行されます。**資格確認書は、保険証及び高齢受給者証の代わりに医療機関に提示して保険診療を受けることができる書類ですので、大切にお持ちください。**

新しい資格確認書は、現在お持ちの保険証・資格確認書（どちらも有効期限が令和7年9月30日のもの）と重複して使用できません。新しい資格確認書がお手元に到着しましたら、現在お使いの保険証・資格確認書は破棄していただくか、役場住民福祉課へ返還をお願いします。

※令和6年12月2日以降、紙の保険証は廃止となりました。

◇高齢受給者証をお持ちの方へ（70歳以上の方）



現在お持ちの高齢受給者証の有効期限は、令和7年7月31日までです。

令和7年8月1日以降はマイナ保険証の利用か、マイナ保険証の利用登録をしていない方は資格確認書を提示することで、医療機関での高齢受給者証の提示は不要となります。

今までお使いの
保険証
(有効期限:令和7年9月30日まで)
高齢受給者証
(有効期限:令和7年7月31日まで)

一体化



新しい資格確認書
(有効期限:令和7年8月1日から
令和8年7月31日まで)
又は **マイナ保険証**
(資格情報のお知らせ)

次の場合は住民福祉課窓口で手続きが必要です

・加入している健康保険（国保、社保、共済等）が変更になった場合
申請に必要なもの…資格確認書等保険資格が分かる物

・秋田県外の医療機関を受診した場合
申請に必要なもの…資格確認書等保険資格が分かる物、受給者証、領収書、通帳

※県外受診の場合、受給者証が使用できないため、病院等で一度医療費を支払い、後日、申請していただくことにより、支払った医療費を払い戻します。

※入院時の食事代、病衣代、診断書料金等は福祉医療の対象外となります

歯科健(検)診でむし歯のない お子さんを紹介します

※広報への掲載については、保護者の同意を得られた方のみ掲載しています。

■保育園年長児（歯科健診の結果）

・石上芽依（めい）さん
・鈴木結月（ゆづき）さん

■小学6年生（歯科健診の結果）

・長田夏妃（なつひ）さん
・田村晴琉（はる）さん
・鈴木陽々人（ひびと）さん
・杉渕太陽（たいよう）さん

■中学3年生（歯科健診の結果）

・萩野蒼汰（そうた）さん
・山形勇翼（ゆうと）さん
・三浦褒（ほまれ）さん
・伊藤柚月（ゆづき）さん

歯の健康は「からだ」の健康につながります。そして「自分の口からおいしく食べること」「会話を楽しく結びつけています。

むし歯予防のために、日頃から丁寧な歯みがきを心がけましょう。

男性も料理に挑戦！ 男性の料理教室参加者募集

男性の料理教室を開催します。基本的な調理方法、健康的な料理、旬の食材を使った料理などを村生活改善推進員と一緒に学びましょう。

■開催日（予定）

7月14日（月）、8月25日（月）、
9月29日（月）、10月30日（木）、
12月1日（月）

■実施時間

午前10時～午後1時

■会場

上小阿仁村保健センター

■参加費

1回500円

■持ち物

筆記用具・エプロン・
三角巾・必要な方はメガネ

※詳しくは住民福祉課 健康推進班まで



「8020って歯の表彰」について

秋田県歯科医師会では、「80歳で20本以上自分の歯がある人」を対象に表彰を行っています。

次のとおり、令和7年度の表彰者を募集いたします。

■対象者

・秋田県内に住所がある方
・20本以上自分の歯がある方
・満80歳以上（令和7年4月1日時点）でこれまでに表彰を受けていない方

■申込方法

・協力医療機関から推薦された方
・歯科健診を受けて、医療機関から対象者を推薦していただきます。

・歯科健診は個人で医療機関に予約をしてください。予約時に「8020いい歯の表彰の健診希望」ということをお伝えください。

■北秋田管内の協力医療機関

森川歯科医院、佐藤歯科医院、たかのす歯科クリニック、北秋田市阿仁診療所、合川歯科医院、北秋田市民病院 計6か所

■健診期間

令和7年7月1日（火）～
令和7年9月30日（火）

●問い合わせ先

秋田県歯科医師会

☎018(865)8020

県健康づくり推進課

☎018(860)1424

令和7年度子宮頸がん検診の統一 受診券・無料クーポン券、乳がん検 診の無料クーポン券対象の皆様へ

次の方を対象に、令和7年6月20日（金）付けで統一受診券・無料クーポン券を発送しております。この機会に身体チェックをしましょう。

毎年、有効期限が近づく12月～2月は予約が取りにくくなるため、早めの受診予約をお勧めします。



《子宮頸がん検診》

統一受診券（対象者 22～39歳）

昭和61年4月2日～

平成16年4月1日生まれの方

無料クーポン券（対象者 21歳）

平成16年4月2日～

平成17年4月1日生まれの方

《乳がん検診》

無料クーポン券（対象者 41歳）

昭和59年4月2日～

昭和60年4月1日生まれの方

村集団健(検)診、個別医療機関での受診にて使用可能となります。

有効期間は、『令和7年7月1日～令和8年2月28日』です。

令和7年度 子宮頸がん・乳がん・骨粗鬆症^{しょう}検診のお知らせ

下記の日程で、検診を行います。詳細については、7月10日付で受診予定の方に個別通知しております。通知が届いておらず、検診を希望される方は、**7月28日(月)まで**、健康推進班(☎77-3008)へご連絡ください。



めざせ健康寿命日本一!

(1) 日程・会場について

月 日	検診内容	受付時間	会 場
8月5日(火)	子宮頸がん検診・乳がん検診	正午～午後1時	沖田面公民館
9月4日(木)	子宮頸がん検診・乳がん検診 骨粗鬆症 ^{しょう} 検診	番号札は会場に 午前11時に設置します。	

(2) 料金・対象・内容について 年齢の基準は、令和7年度末年齢(令和8年4月1日時点の年齢)です。

検 診 名	検診料金		対 象
	国保と後期高齢者	その他の健康保険	
子宮頸がん検診 (視診、細胞診、 超音波検査)	無 料	1,800円	令和6年度に検診を受けていない40歳以上の女性(★)、 20歳～39歳の女性、 令和7年度無料クーポン券・統一受診券対象者
乳がん検診 (マンモグラフィー 検査のみ)	無 料	2,100円	令和6年度に検診を受けていない40歳以上の女性(★)、 令和7年度無料クーポン券対象者
(★)学区に関係なく、令和6年度に検診を受けていない方は受診できます。			
骨粗鬆症 ^{しょう} 検診	無 料	1,400円	9月4日(木)となります。 40歳、45歳、50歳～70歳の女性 ※対象年齢以外の女性または男性の場合2,200円

国民年金のお知らせ

国民年金の 免除・猶予制度とは

■保険料免除制度

所得が少なく本人・世帯主・配偶者の前年所得が一定額以下の場合や失業した場合など、国民年金保険料を納めることが経済的に困難な場合は、申請が承認されると保険料の納付が免除になります。免除される額は全額、3/4、半額、1/4の4種類があります。

■保険料納付猶予制度

20歳から50歳未満の方で、本人・配偶者の前年所得が一定額以下の場合には申請が承認されると保険料の納付が猶予されます。

■免除を受けるには、申請が必要です。

役場の窓口またはお近くの年金事務所に申請書をご提出ください。

■手続きするメリット

保険料免除・納付猶予を受けた期間中に怪我や病気で障害や死亡といった不慮の事態が発生した場合、障害年金や遺族年金を受け取ることができます。

保険料の「免除」と「納付猶予」は次の表のとおり、その期間が年金額に反映されるか否かで違いがあります。受け取る年金額に違いが生じます。

	老齢基礎年金		障害基礎年金 遺族基礎年金 (受給資格期間への参入)
	受給資格 期間への 参入	年金額への 反映	
納付	○	○	○
全額免除	○	○(※2)	○
一部納付(※1)	○	○(※2)	○
納付猶予 学生納付特例	○	×	○
未納	×	×	×

(※1) 一部納付の承認を受けている期間は一部納付の保険料を納付していることが必要です。

(※2) 保険料を全額納めた場合と比べて、受け取る年金額の割合は次のとおりとなります。

全額免除	1/2
3/4	5/8
半額免除	6/8
1/4	7/8

●お問い合わせ

鷹巣年金事務所
住民福祉課 税務保険班
☎(77)2222
☎(62)1490