

## “若者の居場所”

“若者の居場所”とは、心の重荷を下ろす場所です。辛い、苦しい、不安、眠れない、家にいても居心地が悪い、社会の中で生きづらいと感じているすべての若者が対象です。一緒にお茶を飲んだり、おやつを食べたり、ちょっとしたゲームをしながら若者同士で交流しましょう。ぜひ1人で抱え込まずに、まずは足を運んでください。お待ちしております。

《期日》毎月第3火曜日(8月は21日)

《時間》14:00～16:00

《場所》角館交流センター

《主催》NPO法人KOU(あきた若者サポートステーション運営団体)

《問合せ》大屋みはる ☎018-853-4367

参加無料

## 田沢診療所・神代診療所

### 8月の休診のお知らせ

【田沢診療所】

8月14日(火) 休診

【神代診療所】

8月13日(月) 休診

8月14日(火) 休診

8月15日(水) 休診

ご不便をおかけしますが、よろしくお願ひします。



問合せ 神代診療所 ☎44-2118

あなたの話を聞いてくれる人がいる

## こころの相談

8/1 函・24 函

時間 13:30～14:30・15:00～16:00

場所 角館交流センター 相談方法 面談(要予約)

※予約締切:相談日当日の10:00まで

予約された方は、直接会場へお越しください。

スタッフ 臨床心理士

「辛い、苦しい、不安、眠れない」などやひきこもりのこと、家族のこと、あなたのこと、ひとりで悩まないで話をしてみよう。

笑いヨガで仲間との交流  
プラス健康度アップ!

## 笑いの会 8/17 函

受付 9:40～10:00 終了11:30頃

場所 健康管理センター(角館)

内容 笑いヨガ・ゲーム・軽体操など

講師 保健師

笑いは、おなかや胸の筋肉を動かして酸素を体内に取り込むことで、血行促進や免疫効果があるといわれています。仲間と一緒に笑いの効果を実感しましょう。申し込みはいりません。

## こころの電話相談

8/10 函

時間 10:00～10:50・11:00～11:50

相談方法 電話相談(要予約)

※予約締切:当日の9:30まで

予約された方へは日時にスタッフより電話します。

スタッフ 臨床心理士

だれかに話をすると安心する

傾聴ボランティア

## えくぼの会

8/22 函 時間 10:00～14:00

場所 角館交流センター 相談室

心に溜まったことや、気になること、心配なこと、話してみませんか。「えくぼの会」会員がゆっくりお茶を飲みながら一緒に考えていきます。時間内の都合のよいときに気軽に訪れてください。

問合せ/仙北市保健課 ☎55-1112

## オレンジカフェに行ってみませんか!

問合せ/仙北市包括支援センター  
担当:新山 ☎43-2283



7月から市内7か所でオレンジカフェ(総称)が開催されています。

オレンジカフェは、厚生労働省が進めている認知症施策の1つで、認知症の人も家族も地域の人も誰でも気軽に交流することのできる集いの場です。第1回目の7月は、にぎやかに楽しくそれぞれに趣向をこらして開催されていました。「集まっておしゃべりできて楽しかった」「来月が楽しみ」という声が聞かれました。

認知症に関する相談にも応じていますので、気軽に参加してスタッフに声をかけてください。多くの方々の参加をお待ちしています。

### 8月の開催予定

カフェの名称	主催者	場所	開催日	時間	個人負担
陽だまりカフェ	陽だまりカフェ(自主グループ)	紙風船館	8月9日(木)	9:30～11:30	100円
たんぼぼカフェ	グループホームたんぼぼ	外町交流広場	8月14日(火)	13:00～15:00	なし
ひまわりカフェ	グループホーム花みづき	グループホームひまわり地域交流室	8月18日(土)	14:00～16:00	100円
下延地域交流つどいの会	オレンジカフェの会(自主グループ)	下延コミュニティーセンター	8月21日(火)	14:00～16:00	なし
共生(ともいき)オレンジカフェ	友の会(自主グループ)	往生院	8月24日(金)	14:00～16:00	100円
ふくふくカフェ	サポートハウス仙北、ケアライフ心都、グループホーム角館	ケアライフ心都	8月24日(金)	14:00～16:00	100円
ローズカフェ	ローズカフェ(自主グループ)	八割コミュニティーセンター	8月26日(日)	13:30～15:30	なし

オレンジカフェに  
お手伝いしてみませんか

認知症サポーターやキャラバンメイト、せんぼく地域かがやき隊の皆さまで、カフェのお手伝いをしてみたいという方は、包括支援センターまでご連絡ください。

## 市立角館総合病院

### 8月の眼科外来日程表のお知らせ

問合せ/市立角館総合病院 ☎54-2111

【8月の眼科外来日程表】 新患・再来・予約・紹介状持参の方の診察日は次のとおりです。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
		1 11:00まで受付 新患・再来・予約	2 予約の診察と 紹介状持参(10:30まで受付)	3 11:00まで受付 新患・再来・予約
6	7 予約の診察と 紹介状持参(10:30まで受付)	8 11:00まで受付 新患・再来・予約	9 予約の診察と 紹介状持参(10:30まで受付)	10 11:00まで受付 新患・再来・予約
13	14 10:30まで受付 新患・再来・予約	15 11:00まで受付 新患・再来・予約	16 予約の診察と 紹介状持参(10:30まで受付)	17 11:00まで受付 新患・再来・予約
20	21 予約の診察と 紹介状持参(10:30まで受付)	22 11:00まで受付 新患・再来・予約	23 予約の診察と 紹介状持参(10:30まで受付)	24 11:00まで受付 新患・再来・予約
27	28 10:30まで受付 新患・再来・予約	29 11:00まで受付 新患・再来・予約	30 予約の診察と 紹介状持参(10:30まで受付)	31 11:00まで受付 新患・再来・予約

※他の診療科については、電話での問い合わせまたはホームページ(<http://kakunodate-hp.com/>)によるご確認をお願いします。

大曲仙北歯科医師会

## 8月の 休日歯科診療当番医

5日 高橋歯科医院(大仙市大曲栄町) ☎0187-62-5058  
12日 ささき歯科医院(仙北市田沢湖) ☎0187-44-3548  
19日 高橋ひろし歯科(大仙市大曲田町) ☎0187-63-1230  
26日 城南堂歯科医院(仙北市角館町) ☎0187-54-3678