

せんぼく

SEMBOKU

2020
3-16
広報せんぼく
No.294

雪、満喫！



2月15日、16日の2日間、たざわ湖スキー場特設会場で「第49回田沢湖高原雪まつり」が開催され、会場は多くの来場者で賑わいました。写真は、同雪まつりのミニスキー大会の中で行われたスノーストライダー競争に参加した子どもたち。（関連記事4ページ）

2020 FIS フリースタイルスキーワールドカップ 秋田たざわ湖大会

3月9日時点版

新型コロナウイルス感染症対策関連情報

中国湖北省武漢市で昨年12月に発生した新型コロナウイルス感染症は、日本でも感染が拡大してきています。感染症対策について今一度確認しましょう!!

問合せ 新型コロナウイルス感染症対策部(仙北市総合防災課内) ☎43-1115

新型コロナウイルス感染症とは

ウイルス性の風邪の一種です。発熱やのどの痛み、咳が長引くこと(1週間程度)が多く、強いだるさ(倦怠感)を訴える方が多いことが特徴です。

感染から発症までの潜伏期間は1日から12.5日(多くは5日から6日)といわれています。

Q 感染予防のためにできることは?どのように生活したらいいの?

A 現時点では過度に心配することなく、季節性インフルエンザ対策と同様に以下について気をつけましょう。

- ①石鹸やアルコール消毒液などによる手洗い
- ②正しいマスクの着用を含む咳エチケット
- ③マスクを着用し、人が多く集まる場所は避ける

Q 相談ごとがある・症状があるときはどうすればいいの?

A 次のいずれかに該当する方は、医療機関は受診せず、まずは下記の連絡先にご相談ください。

- ①風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続く
 - ②強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある
- ※高齢者や基礎疾患などのある方、妊娠中の方は、この状況が2日程度続く場合にはご相談ください。

●あきた帰国者相談支援センター(コールセンター:24時間対応)
☎018-866-7050

●聴覚に障がいがある方をはじめ、電話での相談が難しい方(厚生労働省:24時間)

FAX 03-3595-2756

メールアドレス corona-2020@mhlw.go.jp

仙北市の取り組み・対応状況などについて

仙北市では、今回の新型コロナウイルス感染症対策に備えて、2月3日に「仙北市災害連絡室」を立ち上げました。その後、2月28日「新型コロナウイルス感染症対策部」に改組し、関係機関が連携して情報収集を行い、対応にあたっています。

市主催行事、イベントなどの開催について

- 不特定多数の方が集まる20人以上を超えるような会議などは原則中止または延期とする。
- 行政運営上中止できないもの、規模を縮小して行う場合でも、手洗いや消毒、咳エチケットを徹底する。また、参加者名簿を作成し、連絡を取れるようにする。

公共施設の利用について

- 体育施設は予約済みも含めて3月中の利用を中止する。
- 公民館などについては利用を制限し、不特定多数の方が集まる20人以上を超えるような会議などは自粛していただく。
- 観光施設などについては、通常どおり開館する。
- 市が所有する温泉施設などについては、感染予防対策を講じたうえで、通常どおり営業する。

保育園・こども園・学校・児童クラブについて

- 小中学校は3月21日(土)までを臨時休校とする。春休み終了まで不要不急の外出を控えること・大勢の人が集まる場所には行かないことを呼びかける。
 - 部活動・スポ少は、臨時休校および春休み期間は休止とする。
 - 児童クラブは4月4日(土)まで、7時30分から18時30分の間開設する。
 - 保育園、認定こども園は通常どおり開園する。
- ※企業の皆さまは、学校の休校などに伴う従業員への休暇の配慮や、感染拡大防止へのご協力をお願いします。

仙北市ホームページ (https://www.city.semboku.akita.jp/citizens/05_23.html) で、随時情報を発信していますのでご覧ください。



仙北市ホームページ

仙北市総合防災課から

総合防災課では、仙北市の災害情報・防災情報などを広く発信するため、Twitter(ツイッター) (<https://twitter.com/bousaisemboku>) の運用を開始しました。今回の新型コロナウイルス感染症関連情報のほか、今後の防災情報にも活用していきますので、ご覧ください。



仙北市総合防災課
Twitter

「2020 FIS フリースタイルスキーワールドカップ秋田たざわ湖大会」が、2月22日と23日に、たざわ湖スキー場で開催されました。たざわ湖スキー場で開催されるのは今年で6回目となります。

今大会は雪不足の中での開催でしたが、最多の15か国から91人の選手がエントリーしました。1日目は小雨の中、1人ずつ滑るモーグル競技が行われましたが、2日目の2人が並んで滑るデュアルモーグル競技は予選途中で雪と濃霧による視界不良のため中止となりました。

悪天候に見舞われたものの、観客の皆さんは世界トップレベルのレースに、歓声を上げながら応援し、会場は盛り上がりを見せました。

星野選手が2位に輝く!

1日目のモーグル競技は、男子では、ミカエル・キングズベリー選手(カナダ)が優勝。日本人では杉本幸祐選手(デイルーはやしや)の8位が最高となりました。

女子では、ペリーヌ・ラフォン選手(フランス)が優勝。日本人選手は3人がスパーファイナルに進出し、星野純子選手(チームリストレル)が2位となり、5年前のたざわ湖大会以来の表彰台に立ちました。

▼大会結果(敬称略)
※3位以下は日本人選手のみ
1日目モーグル競技
【男子】1 ミカエル・キングズベリー(カナダ) 2 ドミトリー・レイヒャート(カザフスタン) 3 ロラン・デュメ(カナダ) 8 杉本幸祐(デイルーはやしや) 17 松田颯(スノーアミューズメント) 26 西沢岳人(早稲田大) 27 村田優太郎(北翔大) 29 四方元幾(豊田合成スキー部) 42 島川拓也(札幌国際大) 48 堀島行真(中央大)

【女子】1 ペリーヌ・ラフォン(フランス) 2 星野純子(チームリストレル) 3 ジャカラ・アンソニー(オーストラリア) 5 柳本理乃(愛知工業大) 6 川村あんり(チームジョック) 9 住吉輝紗良(日本大) 11 富高日向子(多摩大) 13 伊原遥香(愛知工業大) 18 梶原有希(TAMA BANK) 25 福原春花(白馬村スキークラブ)

オフショットの笑顔

パシヤリ!



辰子の顔パネルをはめる上村愛子さん!
今大会もアンバサダーとして盛り上げてくれました!



表彰式後の星野選手! 観客にむかってピースサイン!



鏡開きをするキングズベリー選手! 王者の賞禄をみせてくれました!

食事をしっかりとるこの大切さを語る上村さん(左)。



2月20日、元女子モーグル日本代表で「2020 F I S フリースタイルスキーワールドカップ秋田たざわ湖大会」の大会アンバサダーを務めた上村愛子さんの講演会が神代小学校で行われ、同校の4年生から6年生のほか、西明寺小学校と松木内小学校の5・6年生の児童が

上村愛子さんが児童たちに講演

食事は大切！毎日美味しく楽しく食べよう

それぞれ参加しました。講演会では、上村さんがモーグルの魅力を語ったほか、現役時代を振り返り、レベルアップするために食事の改善に取り組んだことなどを話しました。また、現役時代から現在に至るまで上村さんに食事の指導・管理を行っている日清オイリオグループ公認スポーツ

栄養士の清原知子さんがゲームなどを通して食事のとり方や大切さについて伝えました。

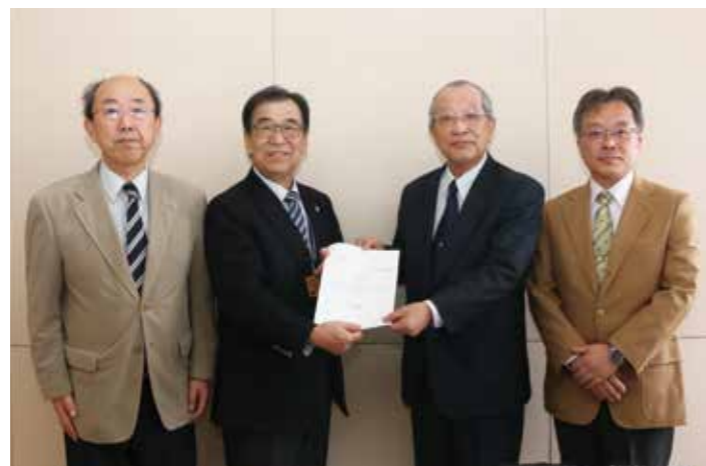
上村さんは最後に「食事に興味を持ってもらえたら嬉しい。食事をしっかりとることは勉強やスポーツなど自分のパフォーマンスを上げることにつながる。ご飯を美味しく楽しく食べて欲しい」と、児童たちにメッセージを送りました。



十五日会の平岡三郎会長(左)と秋田銀行田沢湖支店の山下知二支店長(右)。

十五日会
図書カードを
田沢湖図書館へ寄贈

1月30日、十五日会(平岡三郎会長)から田沢湖図書館へ2万円分の図書カードが寄贈されました。この善意は、旧田沢湖町の時代から続けられていて、子どもたちが本に親しめるよう図書館により児童書をそろえて欲しいという十五日会の皆さんの思いが込められています。寄贈された図書カードで、今年も楽しい絵本や読み物を購入しました。ぜひご来館ください。



左から、角館感恩講の河原田次朗事務長、熊谷教育長、加賀谷宏一理事長、放課後等デイサービスすてっぴ田口和典管理者。

角館感恩講が市に寄付金

学生のために役立てて

一般財団法人角館感恩講(加賀谷宏一理事長)より、市教育委員会の育英奨学資金へ活用して欲しいと寄付金15万円が贈られました。角館感恩講では昭和56年から青少年の健全な育成を目的に奨学金寄付事業が続けられています。2月18日、角館感恩講の事務所で行われた贈呈式で加賀谷理事長から熊谷教育長へ目録が手渡されました。加賀谷理事長は「勉学に励む学生に役立ててもらえればありがたい」と話しました。

田沢湖高原雪まつり

2020 仙北市の冬まつり

第2弾

松葉・相内の裸参り



ダンスやマジックショーなど、ステージショーは盛り上がりを見せました。



2月15日、16日の2日間、たざわ湖スキー場特設会場で「第49回田沢湖高原雪まつり」が開催されました。快晴となった15日は、様々なステージショーで盛り上がったほか、夕方からは雪像がライトアップされ、あたりは幻想的な光景に包まれました。また、紙風船上げや火振りかまくら、スキーヤーによるたいまつ滑走が行われ、光に彩られた光景に来場者か



夜になると様々な光が会場を演出し、幻想的な光景が広がりました。



らは歓声が上がりました。最後は花火が打ち上げられ1日目を締めくくりました。16日は、強風により午後の日程が中止となりましたが、朝から会場内の屋台を目当てにたくさんの方が訪れ、温かい食べ物を食べながら楽しむ姿が見られました。両日行われた人気の一杯を決める「汁・椀グランプリ」は好評で、来場者は自分のお気に入りの一杯に投票していました。



金比羅宮へ颯爽と駆け上がります。



松木内川の冷水で身を清める参加者。

2月16日、松木内松葉地区で松葉・相内の裸参りが行われました。参加したのは地元若者や消防署の職員、市外から7人。この日は小雨が降り、水温は3度ほど。参加者は松木内川で身を清めた後、腰にわらで編んだ「けんだい」と白足袋にわらじを身につけます。かけ声とともに集落を通り、旭山をかけ上り、金比羅宮へ無火災を祈願しました。



地域講習会で熱心に講習を受ける参加者。

シルバーリーダーが参加

高齢者安全運転推進協力者養成講習会を受講

今年度、秋田県と内閣府の共催により、交通安全運動に取り組んでいる高齢者交通安全指導員（シルバーリーダー）や地域で独自に交通安全活動に取り組む高齢者などを対象に、地域での参加・体験・実践型の高齢者安全運転教育の継続的な推進協力者を養成する講習会を開催しました。仙北市からは、交通指導員の渡辺友康さん、市役所総合防災課の職員の内閣府から修了証が授与されました。

2月8日には、角館の南部地区会館で岩瀬・西下野・下田野地区の高齢運転者を対象に、シルバーリーダーが主催となった地域講習会を開催しました。当日は約20人ほどが参加し、参加者はシルバーリーダーや仙北警察署員の話に熱心に耳を傾けていました。

シルバーリーダーには、これから地域における高齢者安全運転講習会に継続的な推進役として活躍いただくことになりま。地元との会合などの際は、シルバーリーダーをお招きして、安全運転講習会を開催してみたいかがでしょうか。シルバーリーダーは、皆さまからのご依頼をお待ちしています。

市立角館総合病院と大曲厚生医療センター

医療機能連携協定を締結



協定を結んだ市立角館総合病院の伊藤院長（右）と大曲厚生医療センターの三浦院長（左）。

2月27日、市立角館総合病院（伊藤院長）と大曲厚生医療センター（三浦院長）が医療機能に関する連携協定を結び調印式が同センター（大仙市）で行われました。

同総合病院では、4月から脳神経外科や小児科常勤医が不在となりますが、この協定により、相互に有する医療機能をより発揮し、質の高い医療や適切な医療の提供、医療機器の共同利用や医師派遣をしていただくことが可能になります。

同総合病院では、4月から脳神経外科や小児科常勤医が不在となりますが、この協定により、相互に有する医療機能をより発揮し、質の高い医療や適切な医療の提供、医療機器の共同利用や医師派遣をしていただくことが可能になります。

同総合病院では、4月から脳神経外科や小児科常勤医が不在となりますが、この協定により、相互に有する医療機能をより発揮し、質の高い医療や適切な医療の提供、医療機器の共同利用や医師派遣をしていただくことが可能になります。

今後は、同センターに通院する仙北市の患者さんのうち、CT画像撮影検査が必要な場合は同総合病院で行い、定期受診のみ同センターで行います。また、同総合病院の脳神経外科や小児科外来へ医師を派遣していただき、少しでも現状をカバーできるような体制を目指します。

さらに、連携強化による紹介で同センターへ急性期で入院した患者さんの希望に応じて、回復期病棟など同総合病院へ転院、医療機能に則した形でのケアが可能になります。また、希望する方は大曲へ通院しなくても医師を派遣してもらうことで同総合病院での外来診察も可能となることも視野に入れています。

同総合病院では、可能性に満ちたこの連携協定により、今後、地域の医療を踏まえつつ、市民はもちろんのこと両病院にとっても、さらに質の高い医療提供体制を構築していく予定です。



寄合いカフェで楽しい時間を！

折笠靖子



テーブルを囲んで座る「寄合いカフェ」。

皆さん、こんにちは。私にとって仙北市での3度目の冬ですが、今年は特に雪が少なくていいですね。

2月10日の「上松木内の紙風船上げ」に合わせて内陸線の利用が増える角館駅前で、今年で2回目となる「ミニかまくら作るう会」を開催しました。雪不足が心配されましたが田沢湖・角館観光協会、JR角館駅、秋田内陸縦貫鉄道、角館駅前交番の皆さんや、観光客の方と一緒に楽しみながら作ることができました。ありがとうございました。

皆さん、こんにちは。私にとって仙北市での3度目の冬ですが、今年は特に雪が少なくていいですね。

2月10日の「上松木内の紙風船上げ」に合わせて内陸線の利用が増える角館駅前で、今年で2回目となる「ミニかまくら作るう会」を開催しました。雪不足が心配されましたが田沢湖・角館観光協会、JR角館駅、秋田内陸縦貫鉄道、角館駅前交番の皆さんや、観光客の方と一緒に楽しみながら作ることができました。ありがとうございました。

さて、前回の協力隊コラムで播磨靖之さんが「ドローンカフェ」について書いてくれました。今回

仙北地域振興局「元気なふるさと秋田づくり」顕彰事業

地産地消を進める

かくのたて「根っこ」の会」が受賞

2月19日、仙北地域振興局で令和元年度仙北地域振興局「元気なふるさと秋田づくり」顕彰事業表彰式が開催され、地産地消を進めるかくのたて「根っこ」の会」がこれまでの活動実績が認められ表彰されました。

「根っこ」の会」は、会員の相互協力により安全安心な地元農産物の効率的な生産・加工・販売などを行っています。生産者と消費者が直接ふれあう機会を創出して安全な農産物の供給と生産者の経営向上を図りながら、花の植栽や住民との交流活動を行い街の活性化に繋げることを目的に平成15年に組織され、現在の会員数は32人です。これまで立町ポケットパークでの地元の農産物の販売や花の植栽などの環境美化活動のほか、大曲支援学校せんぼく校との農産物の収穫・加工作業、冬まつりの開催などの交流や、子育てサポート「はっぴい・ママ」とのひなもちづくりなどの交流を続けながら生産者の意欲向上を図り、より発展的な取組を推進して街の活性化に繋がる活動を行ってきました。

表彰式に出席した小野マサ会長は



市役所田沢湖庁舎に受賞報告に訪れた小野会長（左）と佐藤恵美子さん（右）。

「今回の受賞は今後の「根っこ」の会の活動に大きな力をいただいた。地産地消市や朝市の会場となっている立町ポケットパークの周辺では地元農産物を購入できる店舗がなく、私たちの販売を楽しみにしてくれている方たちが増えている感じがする。角館を訪れる観光客も商品の購入はもちろんだが、生産者と直接ふれあえることを楽しみに訪れてくれる。これからも会の活動を通して様々な方たちと交流できることを励みに楽しみながら続けていきたい」と話しました。



「ミニかまくら作るう会」の後にみんなで記念撮影。

『見えない敵との戦い』

仙北市長 門脇 光浩

昨年12月、中国湖北省武漢市で病原...

仙北市新型コロナウイルス感染症対策部...

同ウイルスは、これまでの状況を分析...

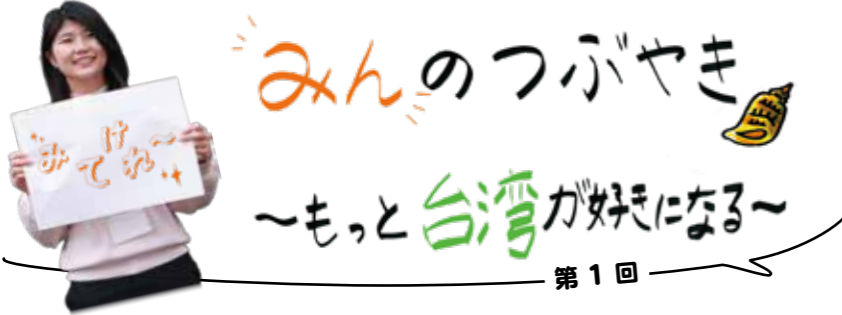
春が来て、さあこれからというとき...



プロフィール 名前/黄敏(フワンミン) 出身/台湾桃園市...



台湾の6次産業アドバイザーと仙北市農山村体験推進協議会をはじめ、地域の方々と交流会。



みんなのつばやき ~もっと台湾が好きになる~ 第1回

さらなる日本語能力の向上と、日本生活の...



「私たちの力でつくる仙北市」に参加しました!

かくのだてフィルムコミッション ロケーションだより Kakunodate Film Commission 2月7日から3日間にわたって開催された第29回あきた十文字映画祭...

子育て世帯などのマイホーム取得を支援します (次世代定住支援事業補助金)

【問合せ】地方創生・総合戦略室
(田沢湖庁舎) ☎ (43) 3315

市内に住宅を新築または建売住宅を購入する子育て世帯や45歳以下の夫婦の定住・移住を応援するため、①の補助金を交付します。

令和2年度内に住宅を取得する予定の方は、②の提出書類などにより、期限までに必要書類を提出してください。

提出書類は、仙北市ホームページ (https://www.city.semboku.akita.jp/egukite/jisedai_teijyu.html) に掲載しているほか、地方創生・総合戦略室、角館・西木地域センターに設置しています。



詳しくはこちら

1 補助金の額

補助対象	補助の種類	補助金額など	補助限度額
新築または建売住宅の取得	定住世帯	1世帯 40万円	1世帯 20万円
	移住世帯	1世帯 60万円	
	子育て加算	18歳以下の子どもや高校などに在学する子ども1人につき10万円	
	市内施工業者加算	市内施工業者が工事を行う場合10万円	

※本事業に関する令和2年度の予算の確定は議会の可決後になります。当該予算の議決が得られなかった場合、やむをえず制度を変更する可能性がありますのでご了承ください。

2 提出書類など

着工・完成時期	提出書類	提出期限	添付書類
令和2年3月31日以前に工事に着手し、令和2年度内に工事が完了し登記が完了する方	実施計画書	令和2年3月31日までの 工事着手前	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 工事請負契約書または売買契約書の写し ▶ 工事内訳明細書の写し ▶ 工事概要がわかる図(案内図、配置図、平面図など)
	交付申請書	令和2年4月1日以降 速やかに	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 定住誓約書(様式第2号) ▶ 世帯全員の住民票(世帯主と続柄を省略しないもの) ▶ 世帯全員の市区町村税の滞納がないことを証する書類 ▶ 世帯全員の戸籍の附票(移住世帯に該当しない場合は不要)
令和2年4月1日以降に工事に着手し、令和2年度内に工事が完了し登記が完了する方	意向調査票	令和2年3月31日まで	
	交付申請書	令和2年4月1日以降の 工事着手前	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 工事請負契約書または売買契約書の写し ▶ 工事内訳明細書の写し ▶ 工事概要がわかる図(案内図、配置図、平面図など) ▶ 定住誓約書(様式第2号) ▶ 世帯全員の住民票(世帯主と続柄を省略しないもの) ▶ 世帯全員の市区町村税の滞納がないことを証する書類 ▶ 世帯全員の戸籍の附票(移住世帯に該当しない場合は不要)

国民健康保険

加入者が進学により転出される場合は手続きが必要です
【問合せ】市民生活課 国保年金係(角館庁舎) ☎ (43) 3316

国民健康保険被保険者証は住所がある市町村で発行するため、仙北市から転出の手続きをするとき仙北市国民健康保険を脱退することになります。ただし、仙北市国民健康保険に加入している方が進学や進級の機会に転出される場合は、世帯主(保護者)の申請で仙北市の保険証を発行できます。お近くの市役所各庁舎・各出張所の国民健康保険担当窓口で手続きをお願いします。

また、前年も同様の手続きをしてきた方には、関係書類を世帯主あてに送付していますので、更新または非該当の手続きをしていただくようお願いいたします。

● 手続きに必要なもの
▼ 学生本人の国民健康保険被保険者証
▼ 在学証明書または学生証の写し(進学の方は、4月以降に提出ください)
▼ 世帯主の認印

国民健康保険被保険者証は使用できません

【問合せ】市民生活課 国保年金係(角館庁舎) ☎ (43) 3316

就職や扶養認定などで職場の健康保険に加入した場合、国民健康保険被保険者証を使用して医療機関などを受診できません。(職場の健康保険証がまだ手元に届いていない場合でも使用できません)

速やかに市役所各庁舎・各出張所の国民健康保険担当窓口で、国民健康保険を脱退する手続きを行ってください。

医療機関などを受診する際は、必ず「職場の健康保険に加入する手続きを行っている」旨を伝え、新しい健康保険証の交付を受けたら、速やかに受診した医療機関・調剤薬局へ連絡または持参してください。

職場の健康保険に加入後も国民健康保険被保険者証を使用して医療機関などを受診している場合は、かかった医療費(仙北市が負担した分)を返納していただくことになります。

福祉医療からのお知らせ

【問合せ】市民生活課 国保年金係(角館庁舎) ☎ (43) 3316

4月に高校などへ入学する、またはひとり親家庭で3月に高校などを卒業する方へ

現在、有効期限が3月31日までの福祉医療費受給者証をお持ちの方も、新たに別の区分に該当する場合があります。

仙北市に住所があり、身体障害者手帳1〜3級または療育手帳Aをお持ちの方は障がい者の区分で、ひとり親家庭の15歳以上(高校生以上)18歳まで(高校などを卒業まで)の方についてはひとり親家庭の区分で、引き続き福祉医療に該当する旨の通知を対象者に郵送します。

通知が届いた方は、お近くの市役所各庁舎・各出張所で申請をお願いします。申請いただいた月の月初めから新たな区分で福祉医療に該当することになります。

また、現在福祉医療費受給者証をお持ちでない方で、右記障がい者の区分またはひとり親家庭の区分に該当すると思われる方(ひとり親家庭の区分は所得制限がありません)や、その他不明な点がある方は、市民生活課国保年金係までお問い合わせください。

現在、福祉医療費受給者証をお持ちの方へ

福祉医療費受給者証をお持ちの方で、次に該当する場合は届出が必要です。

- 届出が必要な場合
- ▼ 加入している健康保険証が変わったとき
- ▼ 住所や氏名が変わったとき
- ▼ ひとり親家庭ではなくなったとき(事実婚を含む)
- ▼ 転出、死亡したとき
- ▼ 身体障害者手帳、療育手帳の等級が変わったとき
- ▼ 受給者証を紛失、汚損、破損したとき

受給者証の有効期限が切れたとき健康保険証、身体障害者手帳または療育手帳(障がい者の区分で該当している方)、受給者証、認印をお持ちのうえ、お近くの市役所各庁舎・各出張所の国民健康保険担当窓口へ届出してください。



夜間納税・納付窓口を開設します

【問合せ】収納推進課 収納推進係
(田沢湖庁舎) ☎ (43) 11123

日中、仕事などで市税および各種料金を納めることができない方のために夜間納税・各種料金納付窓口を開設します(各種料金については、納付書持参を原則とするため、納付書を持参していない場合はお受け取りできませんのでご注意ください)。

● 日時／3月30日(月) 17時15分～19時
● 月未開設ではないのでご注意ください
※開設時間に都合がつかない場合は、事前にご連絡ください。
● 場所／収納推進課、税務課、角館・西木地域センター(正面玄関からお入りください)
※納税には口座振替が便利で安心です。各金融機関または、市役所税務課、各地域センターにご相談ください。

市税の納付はぜひ口座振替を!

【問合せ】税務課
(田沢湖庁舎) ☎ (43) 11117

市税の納付には口座振替が便利で安心です。納付書で納付されている方はぜひ口座振替への切り替えをおすすめします。



手続きについては下記の取扱金融機関、税務課または角館・西木地域センターへお申し出ください。
【ポイント1】納期限日に自動的に引き落としますので、納め忘れの心配がありません。

【ポイント2】納期限ごとに金融機関などへ出向く必要がありません。
【ポイント3】現金を持ち歩く必要がないため、安全です。
● 利用できる税(料)目／市県民税(普通徴収)、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料
● 取扱い金融機関／秋田銀行、北都銀行、羽後信用金庫、東北労働金庫、秋田おばこ農業協同組合、ゆうちょ銀行(郵便局)

市県民税の申告期限の延長について

【問合せ】税務課
(田沢湖庁舎) ☎ (43) 11117

新型コロナウイルス感染のリスクを考慮し、市県民税の申告期限を4月16日(木)まで延長します。

● 午後部 13時～16時
● 相談場所／仙北市役所 田沢湖庁舎・仙北市総合情報センター
※田沢湖庁舎の場合は、税務課の窓口にお越しください。

● 詳細は次のとおりです。
● 期間／3月17日(火)～4月16日(木)
※土・日曜日、祝日は実施しません。
※仙北市総合情報センターは、3月30日(月)～4月3日(金)は実施しません。
● 受付時間／午前部 9時～11時30分

● その他／新型コロナウイルスなどの感染拡大防止の観点から、市役所職員のマスク着用・手洗い・うがいなどを励行しています。来場を予定されている皆さまにおかれましても、感染予防・拡大防止にご理解・ご協力をお願いします。

保健師による健康アドバイスとラッキー抽選会のお知らせ

【問合せ】地方創生・総合戦略室(田沢湖庁舎) ☎ (43) 33115

温泉入浴後にパソコンのアンケートに回答、疲労ストレス測定器によるストレス測定5回分で、入浴無料券が当たる抽選に参加できます。入浴前後で2枚1組のストレス測定器結果票5組(10枚)を貯めて抽選会にぜひご参加ください。

● 日時・場所／
● 3月25日(水) 11時～12時・アルパークまぐそ
● 3月25日(水) 14時～16時・角館温泉花葉館
● 3月26日(木) 10時～12時・西木温泉ふれあいプラザクリオン
● 3月26日(木) 14時～16時・市民浴場東風の湯

疲労ストレス測定器の結果を、22ページに掲載しています。

森林経営管理制度がスタートしました

【問合せ】農林整備課
(西木庁舎) ☎ (43) 2207

森林経営管理制度とは、手入れが行き届いていない森林を市が所有者に変わって管理していくことができる制度です。

今後、森林所有者の方々へ意向調査と制度説明を行いますので、ご協力をお願いします。

市税などの滞納による差押物品の公売会の延期のお知らせ

【問合せ】収納推進課(田沢湖庁舎) ☎ (43) 11123

新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐため、3月28日(土)に予定していた「市税などの滞納による差押物品の公売会」を延期することになりましたのでお知らせします。

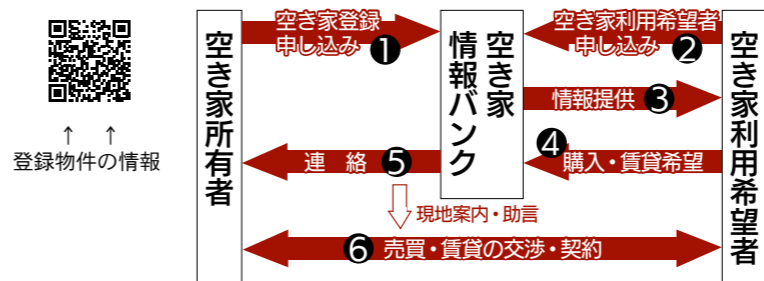
また下見(3月23日(月)～27日(金)まで)も同様の対応となります。
※再度、公売会を開催する際には広報仙北市ホームページなどでお知らせします。

空き家情報バンクをご利用ください

【問合せ】地方創生・総合戦略室
(田沢湖庁舎) ☎ (43) 33115

将来的にも使わない空き家を貸したい、売りたいと考えている方、また移住・定住や定期的な滞居のために空き家を探しの方は、空き家情報バンクへの登録をおすすめします。

住む家を探している方、移住を検討している方、田舎暮らしをしたい方から要望の多い「居住の場」として提供できる「空き家」をお持ちの方は、ぜひ空き家情報バンクへご登録ください。登録物件の情報は、仙北市ホームページ(https://www.city.semboku.akita.jp/egukite/index.html)または地方創生・総合戦略室での台帳閲覧により公開し、利用希望者に情報提供していきます。
仙北市では、市内の空き家を有効活用して、定住促進と地域の活性化に取り組みんでいます。



仙北市空き家情報バンクは、②事前に利用登録された方に③物件の詳細な情報をお知らせします。内覧を希望される場合は、市役所職員が所有者と日程を調整し、現地をご案内します。④売買または賃貸を希望する場合は、⑥当事者間で交渉・契約をしていただきます。市役所は、交渉・契約に関する仲介は行いません。

人間ドック受診助成制度のお知らせ

【問合せ】市民生活課 国保年金係(角館庁舎) ☎ (43) 33116

仙北市では、病気の早期発見・早期治療および生活習慣病予防に役立てていただくため、国民健康保険および後期高齢者医療の被保険者の方に人間ドック受診の助成を実施しています。

● 対象者／
● 国保の人間ドック受診助成
● 仙北市国民健康保険の被保険者で、35歳以上75歳未満(後期高齢者医療対象者を除く)の方
● 前年度までの国保税を完納されている方
● 特定健診(保健課から配布されている受診券で受診する集団健診または医療機関健診)を受診していない、または受診を予定していない方

● 後期高齢者の人間ドック受診助成
● 仙北市に住所がある後期高齢者医療の被保険者で、当該年度に国保の人間ドックの助成を受けていない方
● 前年度までの後期高齢者医療保険料を完納されている方
● 申請受付期間／市役所各庁舎、各出張所の国保担当窓口

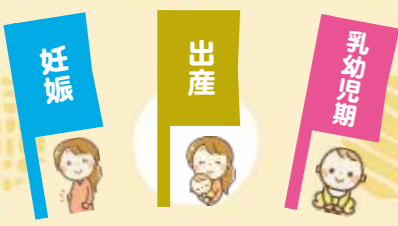
● 申請受付期間／4月1日(水)～令和3年3月31日(木)
※申請する方は、事前に助成医療機関に予約してから助成金の申請をしてください。窓口で受診日の確認をお願いします。

● 申請受付場所／市役所各庁舎、各出張所の国保担当窓口
● 持参するもの／国民健康保険被保険者証または後期高齢者医療被保険者証、印鑑

※申請をしないで助成医療機関での人間ドック受診をして費用を支払った場合は、当該年度内に申請すれば助成を受けられます。その場合は、領収書、印鑑、金融機関の通帳、受診結果(お手元にある場合)を持参して手続きをしてください。

● 人間ドック受診の助成を受けた方は、特定健診または後期高齢者健診を受けることはできません。

※人間ドック受診の助成を受けた方は、特定健診または後期高齢者健診を受けることはできません。



子育て世代包括支援センター

仙北市版ネウボラ

なないろ 通信

仙北市ホームページはコチラ!



ネウボラって?

フィンランド語で「相談する場所」が日本語に近い意味。フィンランドでは、「ネウボラ」として、かかりつけの担当者や専門職が、妊娠期から就学期まで切れ目なくサポートしています。

【電話相談／仙北市保健課】《固定電話》☎ 55-1112 《携帯電話》☎ 080-2813-0835

子どもが喜ぶ料理の工夫

離乳食が完了し幼児食へと進む1歳6か月からの食生活は将来の食習慣の基礎が作られる大切な時期です。
この時期は好き嫌いが目立つようになり、一過性のことが多いため、好き嫌い決めず、いろいろな食品を取り入れて、様々な味や料理に親しむことが大切です。時には、次のような子どもが喜ぶ料理の工夫をすることもおすすめです。

子どもが喜ぶ料理の工夫

ポイント① 切り方や盛り付けを工夫する
おにぎり・食べやすい形に整え、のりで巻く。かわいい模様をのりやふりかけで描く。
抜き型・星やハートなど、いろいろな形に仕上げる。
ウィンナー…はしを切ってタコやカニの形にする。

ポイント② 手づかみしやすい工夫を

野菜など一口大に切って楊枝やスティックに刺して食べやすくする。
楊枝やスティックで遊んだり、持って歩き回ることのないように注意しましょう。
薄切り肉で野菜をまく。



ポイント③ シチュエーションを変えてみる
お弁当を持って外で食べたり、お友だちと一緒に食べる。
食器を変えてみる。

ポイント④ 彩りをよくする

赤、黄、緑、黒、白など彩りのよい食事を心がけることで食欲を増進し、栄養バランスもとりやすくなります。



幼児食

まとめ

幼児期の子どもは体格や食欲に個人差が大きく、食べる量にもムラがあったり、好き嫌いなどで悩むことも多い時期です。まだまだ食事の経験が少ないので、いろいろな食品や料理が味わえるようにしてあげましょう。
何でも食べる元気な子どもに育つよう、家族みんなで食卓を囲み、楽しい食事の時間を過ごしながら、よい食習慣が身につくように家族全員で心がけていきましょう。



乳幼児健診や相談の際に、栄養についての個別相談があります。離乳食や幼児食についてお気軽にご相談ください。電話での相談も可能です。

健康ワンポイント

必見！糖尿病の予防と改善方法

問合せ／仙北市保健課 ☎55-1112

糖尿病初期の段階では自覚症状はありません。高血糖を放置していると、血管がダメージを受け、血管の老化である動脈硬化が進みます。その結果心臓病や腎臓病、失明など深刻な合併症がおこります。糖尿病の予防・改善のためには食事や運動などの生活習慣を見直し、高血糖状態を解消することが大切です。

糖尿病をはじめとする生活習慣病は食事や運動など生活習慣の改善で予防・改善することができます。まずはできることから始めてみませんか？

食事のポイント！

1日3食規則正しく食べる

食事を抜くと次の食事の食後血糖が上がりやすくなります。決まった時間に3食食べることで血糖値が安定します。

バランスよく食べる

ご飯や麺類、パンなどの炭水化物だけの食事ですまらずに、魚や肉、卵、豆腐などのたんぱく質を多く含む食品や野菜を組み合わせた食事をとりましょう。主食・主菜・副菜をそろえたバランスのよい食事にして、野菜料理から先によく噛んで食べると、血糖値の上昇がゆるやかになります。

間食のとり方に注意

菓子類や甘い飲み物には糖分が多く含まれ、とりすぎは高血糖を招きます。間食をとるなら日中の決まった時間に量を決めて食べることをおすすめします。



運動のポイント！

運動習慣を身につける
運動は脂肪を燃やし肥満を予防・改善するだけでなく、インスリンの働きを高め、血糖値を下げる効果があります。
運動習慣のない方は、まずは1日10分体を動かす時間を作りましょう。家事、掃除などの日常生活の中で体を動かすことも大切です。



にしき園だより

にしき園は加齢や病気などで心身機能の衰えた方にリハビリなどを施し、寝たきりを防いで生活機能の維持向上・在宅復帰をめざす施設です

第3号

にしき園 ☎47-3211

にしき園の新型コロナウイルス対策について

高齢者は一般に様々な感染症に対する抵抗力が弱いうえに、集団生活ですので、感染が広がりやすいという心配があります。
今回の新型コロナウイルス感染症の拡大に対して、にしき園では感染症対策委員会の主導で、予防・感染防止のため、特に職員は出勤前の検温や手洗い・消毒を徹底し、人混みを避けるなど外部からウイルスを持ち込まないための対策をとっております。
また、にしき園は医師・看護師が常駐している施設ですので、ご利用者の皆さまには安心してお過ごしいただけるよう毎日の検温や健康状態の確認を行い、異状を早期発見して、対応できるよう努めております。
早く終息に向かってほしいと願っております。



消毒をしっかり行います。

【利用者の状況】

12月末	89人
1月入所	11人
1月退所	7人
1月末	93人

平均要介護度 3.0

感染症対策のためしばらくの間、施設見学・面会などをご遠慮いただいております。

学びふれあい 心豊かに

生涯学習

生涯学習活動紹介

かわいい人形ができました

編みぐるみ教室

田沢湖公民館では2月6日から4回にわたり、編みぐるみ教室を開催しました。教室では、講師の小松龍子氏から編み方のコツを教わったり、また受講者同士でアドバイスをしながら、楽しく和やかな雰囲気の中で受講者はそれぞれの毛糸を編み、自分だけの可愛い編みぐるみを作成させました。



真剣に教わる眼差し。

生涯学習課 ☎43-3383
田沢湖公民館 ☎43-1061
角館公民館 ☎54-1110
西木公民館 ☎47-3100

初めての挑戦！

エコクラフト教室

西木公民館では、1月9日から6回にわたり、初心者向けのエコクラフト教室を開催しています。この教室では、講師の荒木和子氏が一人ひとりの進捗状況や技術に合わせた指導を行っています。教室は、隔週木曜日に行われ、回を重ねるごとに参加者の作品の上達ぶりに目を見張るものがありました。



一人ひとりに合わせた丁寧な指導。

お知らせ

応募締め切り迫る！

令和2年度 仙北市公民大学 新規入学生募集

仙北市公民大学の令和2年度新規入学生募集締め切りが間近となっています。

生涯学習を通じて、ともに学び、楽しく集い、喜びと生きがいを見い出すことを目的とする仙北市公民大学では、令和2年度の新規入学生を募集します。募集学科など詳細については、広報3月1日号生涯学習のページ(16ページ)や最寄りの公民館にある申込書でご確認いただくか、仙北市公民大学事務局へお問い合わせください。

- 募集対象/仙北市民
- 募集学科/郷土研究学科、園芸学科、書道学科、陶芸学科、社会学科
- 申込期限/3月24日(火)まで
- ※最寄りの公民館窓口を設置している申込書に、必要事項を記載のうえ、お申し込みください。
- その他/申込者には、4月中旬頃「入学式の案内」を送付します。受講開始日や費用などの詳細については、4月下旬予定の入学式でご案内します。
- 問合せ/仙北市公民大学事務局(角館公民館内)

力作が勢揃い

第9回 仙北市総合美術展開催

2月4日から16日まで、「第9回仙北市総合美術展」が角館町平福記念美術館を会場に開催されました。美術展には、市内で芸術文化活動をしている152人と2団体の方々から、写真や書など166点が出品され、過去最高となる687人が来場されました。



力作に見入っています。

今回の美術展では、昨年お亡くなりになった美術展初代実行委員長、高田文雄氏の追悼展示コーナーが設けられました。第1回のポスターにもなった「新緑の奥入瀬」のほか2作品が展示され、作品を前に高田氏との思い出話で故人を偲んでいる方々も見受けられました。



新緑の奥入瀬(故高田文雄氏作)。

またうら

心豊かな教育文化のまち 《仙北市教育委員会だより》

第101号

今年もおもしろくできました！

神代小学校

2月10日、タカヤナギワンダーモール店において、神代小学校3年生が「いぶり大根」の販売を行いました。

神代小学校では、総合的な学習の時間で3年生が「いぶり大根」の生産から販売までを体験しています。神代地域運営体の皆さんの力を借りて、子どもたちは自分の手で大根の種をまくところから収穫まで手をかけます。その大根を燻す、漬ける、樽出し、プレス加工(真空パック詰め)〜パッケージデザイン〜袋詰めと、商品として並べられるところまですべてに関わりました。

代表の子どもが店内にアナウンスを入れると、「いぶり大根」は次々と売れていき、担当の子どもは大忙しです。試食の「ごころ」を差し出したり、店内を巡って「神代小がっつこ、売ってまーす」「おいしいですよ」と呼びかけをしたり客寄せも頑張っていました。

今回はパッケージデザインにも



いらっしゃいませ、どれにしますか？

注目してもらおうと、プロのデザイナーから特別授業を受けました。思いつきのアイデアで彩られた外装はお客さんたちの目を引いていました。

松橋勇羽さんは「いっぱい売れてよかった。僕はおつりの計算が大変だった」と話してくれました。また、津嶋柚汰さんは「神代小がっつこ一緒に声をかけてひまわりの種を売るのは大変だったけど、だんだん慣れたのでよかった」と楽しそうに話してくれました。

白岩小学校 ラストコンサート

2月21日、白岩小学校では「お話しコンサート」が開かれました。6人のボランティアの皆さんを迎えて、全校児童66人と先生方が音楽室に入ると満員御礼のコンサート会場になりました。

初めは手話をつけてみんな「四季の歌」を歌いました。久しぶりの手話に一生懸命でまだ声十分ではありません。後のメニューは、絵本の読み聞かせ「名まえのないねこ」、

昔話「ばたもちとかえる」、エプロンシアター「金のガチョウ」、クラリネットとピアノ「早春賦」「春よ来い」、朗読「かえるくんとかまぐち」、歌とダンス「パプリカ」でした。お話しにぐっと引き込まれ、ごくりとつばを飲み込むように聞き入る子どもたち。笑顔を変えて、包み込むようにお話しの世界に子どもたちを導くボランティアの方々は、いつも豊かな時間を創り出してくれました。



昔、あるところに…、お話が始まります。

西明寺小学校 人生経営の社長に

西明寺小学校で、キャリア教育の一環として、特別授業が行われました。

地元企業の社長である島川祥さんが、5年生に向けて、人生を幸せに送るコツは「どんな小さなことにも、ありがとう」と感謝の気持ちを持つこと。夢に向かってどのように生きていくのか、そのゴールを見続けること。夢は自分のためのものだが、それをさらに発展させて他人や社会のために「志」にしてほしい。

など幸せに生きるために大切なことを教えてくださいました。

授業を受けた、杉宮結生希さんは「自分に何ができるか、そのことを使って他人や社会のためにできることは何なのかを考え、将来それを実行したい」と力強く話してくれました。

ちょっとした気遣いで社会全体が幸せになることに気づかせてくれた授業でした。

便名	▲1	2	3	4	▲5	6
発/着	循環 角館駅前					
角館駅前	▲7:15	8:30	10:35	12:20	▲15:20	16:05
田町下丁	-	-	10:37	12:22	▲15:22	-
西宮家前	-	-	10:38	12:23	▲15:23	-
駅通り	-	-	10:39	12:24	-	-
下菅沢	▲7:17	8:32	10:41	12:26	-	16:07
菅沢ニュータウン	▲7:21	8:34	10:43	12:28	-	-
菅沢団地	▲7:24	8:35	10:44	12:29	-	-
駅東公園前	-	8:38	10:46	12:31	-	16:10
ワンダーモール前	-	8:40	10:47	12:32	-	16:11
上菅沢	▲7:26	8:41	10:48	12:33	-	16:12
角館駅前	-	8:43	-	12:35	-	16:14
駅通り	-	8:44	-	12:36	-	16:15
水ノ目沢	▲7:27	-	-	-	-	-
立町	-	8:45	-	12:37	▲15:24	16:16
中町	-	8:46	-	12:38	▲15:25	16:17
横町十文字	▲7:29	8:47	10:50	12:39	▲15:26	16:18
中学校前	▲7:30	8:48	10:51	12:40	▲15:27	16:19
よねや前	-	-	10:52	12:41	▲15:28	16:20
小学校前	▲7:33	-	-	-	▲15:31	▲16:23
市立病院前	▲7:35	8:50	10:54	12:44	-	16:25
警察署前	▲7:38	8:52	-	12:46	-	16:27
荒屋敷	▲7:39	8:53	-	12:47	-	16:28
下町屋	▲7:41	8:55	-	12:49	-	16:30
西保育園前	▲7:42	8:56	-	12:50	-	16:31
八割東村	▲7:44	8:58	-	12:52	-	16:33
八割西村	▲7:46	9:00	-	12:54	-	16:35
西村会館	▲7:47	9:01	-	12:55	-	16:36
大沢	▲7:49	9:03	-	12:57	-	16:38
塩手沢	▲7:51	9:05	-	12:59	-	16:40
鬼壁	▲7:54	9:08	-	13:02	-	16:43
高森	▲7:56	9:10	-	13:04	-	16:45
警察署前	▲8:01	9:15	-	13:09	-	16:50
小学校前	▲8:04	-	-	-	-	▲16:51
よねや前	-	9:16	-	13:10	-	16:53
中学校前	▲8:05	9:17	-	13:11	-	16:54
横町十文字	▲8:06	9:18	-	13:12	-	16:55
中町	▲8:07	9:19	-	13:13	-	-
立町	▲8:08	9:20	-	13:14	-	-
高校角	▲8:09	9:21	-	13:15	-	-
大塚	▲8:11	9:23	-	13:17	-	-
岩瀬住宅前	▲8:12	9:24	-	13:18	-	-
市立病院前	▲8:14	9:26	-	13:20	▲15:33	-
岩瀬住宅前	▲8:15	9:28	10:55	13:22	▲15:34	-
大塚	▲8:16	9:29	10:56	13:23	▲15:35	-
田町下丁	▲8:17	9:30	10:57	13:24	▲15:36	-
西宮家前	▲8:18	9:31	10:58	13:25	▲15:37	-
駅通り	▲8:19	9:32	-	13:26	-	-
立町	-	-	10:59	-	▲15:38	-
中町	-	-	11:00	-	▲15:39	-
水ノ目沢	-	-	-	-	▲15:40	▲16:57
上菅沢	-	9:34	-	13:28	▲15:41	16:58
ワンダーモール前	-	9:36	-	13:31	▲15:42	17:00
駅東公園前	-	9:38	-	13:32	▲15:43	17:02
菅沢ニュータウン	-	-	-	13:34	▲15:45	17:04
菅沢団地	-	-	-	13:35	▲15:46	17:06
下菅沢	-	9:39	-	13:37	▲15:48	17:08
角館駅前	▲8:20	9:41	11:03	13:39	▲15:50	17:10

※荒屋敷より下延・八割方面はフリー乗降区間です。

令和2年4月1日 仙北市民バス時刻表

スマイルバス

八割線

八割線

運休日/日曜日、祝日、12月31日~1月3日

時刻表の▲印は土曜日運休

普通運賃/大人200円、小中学生100円

【回数券取扱窓口】西宮家(母屋売店) / バス車内

【定期券取扱窓口】西宮家(母屋売店)

問合せ (株)西宮家(仙北市指定管理者)
☎ 52-2438



市民バス

のダイヤをお知らせします

スマイルバス たっこちゃんバス

4月1日(水)からの市民バスのダイヤをお知らせします。今回は、秋田新幹線こまちとの連結により利便性向上を図るため、向生保内線(たっこちゃんバス)の「2便」を改正しています。

※デマンド乗合型タクシーのパンフレット(時刻表など)は広報4月1日号に折り込みます。詳しくは各デマンド交通事業者にお問い合わせください。

問合せ 仙北市企画政策課 ☎ 43-1112

便名	▲1	2	3	4	▲5
発/着	循環 角館駅前				
角館駅前	▲7:15	8:30	11:30	14:45	▲16:00
大塚	-	8:33	11:33	14:48	▲16:03
岩瀬住宅前	-	8:34	11:34	14:49	▲16:04
市立病院前	-	8:35	11:35	14:50	▲16:05
岩瀬住宅前	-	-	11:36	14:51	▲16:06
大塚	-	-	11:37	14:52	▲16:07
田町下丁	-	8:37	11:38	14:53	▲16:08
西宮家前	-	8:38	11:39	14:54	▲16:09
駅通り	-	-	11:40	14:55	▲16:10
下菅沢	▲7:17	-	11:42	14:57	▲16:12
駅東公園前	▲7:19	-	11:44	14:59	▲16:14
ワンダーモール前	▲7:23	-	11:46	15:01	▲16:17
上菅沢	▲7:24	-	11:47	15:02	▲16:18
水ノ目沢	▲7:25	-	-	-	-
角館駅前	-	-	11:49	15:04	▲16:20
駅通り	-	-	11:50	15:05	▲16:21
立町	-	8:39	11:51	15:06	▲16:22
中町	-	8:40	11:52	15:07	▲16:23
横町十文字	▲7:27	8:41	11:53	15:08	▲16:24
中学校前	▲7:28	8:43	11:55	15:10	▲16:26
よねや前	-	-	11:56	15:11	▲16:27
小学校前	▲7:31	-	-	▲15:13	▲16:29
警察署前	▲7:32	8:44	11:57	15:14	▲16:30
荒屋敷	▲7:33	8:45	11:58	15:15	▲16:31
田頭	▲7:35	8:47	12:00	15:17	▲16:33
碓	▲7:37	8:49	12:02	15:19	▲16:35
大畑	▲7:40	8:52	12:05	15:22	▲16:38
大瀬蔵野	▲7:44	8:55	12:08	15:25	▲16:41
下延コミュニティセンター前	▲7:45	8:57	12:10	15:27	▲16:43
下延橋	▲7:46	8:58	12:11	15:28	▲16:44
竹市	▲7:47	8:59	12:12	15:29	▲16:45
切欠田	▲7:49	9:01	12:14	15:31	▲16:47
内山	▲7:51	9:03	12:16	15:33	▲16:49
八割西村	▲7:53	9:05	12:18	15:35	▲16:51
八割東村	▲7:54	9:06	12:19	15:36	▲16:52
西保育園前	▲7:55	9:07	12:20	15:37	▲16:53
下町屋	▲7:56	9:08	12:21	15:38	▲16:54
荒屋敷	▲7:58	9:10	12:23	15:40	▲16:56
警察署前	▲7:59	9:11	12:24	15:41	▲16:57
小学校前	▲8:02	-	-	-	-
よねや前	-	9:12	12:25	15:42	-
中学校前	▲8:03	9:13	12:26	-	-
横町十文字	▲8:04	9:15	12:28	-	-
中町	▲8:05	9:16	12:29	-	-
立町	▲8:06	9:17	12:30	-	-
高校角	▲8:07	9:18	12:31	-	-
大塚	▲8:09	9:20	12:33	-	-
岩瀬住宅前	▲8:10	9:21	12:34	-	-
市立病院前	▲8:12	9:22	12:35	15:44	▲17:00
岩瀬住宅前	-	9:24	12:37	15:45	▲17:01
大塚	-	9:25	12:38	15:46	▲17:02
田町下丁	▲8:15	9:27	12:40	15:47	▲17:03
西宮家前	▲8:16	9:28	12:41	15:48	▲17:04
駅通り	▲8:17	9:29	12:42	15:49	▲17:05
上菅沢	-	9:31	12:44	-	-
ワンダーモール前	-	9:32	12:46	-	-
駅東公園前	-	9:33	12:47	-	-
下菅沢	-	9:35	12:49	-	-
角館駅前	▲8:18	9:37	12:51	15:50	▲17:06

※荒屋敷より下延・八割方面はフリー乗降区間です。

令和2年4月1日 仙北市民バス時刻表

スマイルバス

下延線

下延線

運休日/日曜日、祝日、12月31日~1月3日

時刻表の▲印は土曜日運休

普通運賃/大人200円、小中学生100円

【回数券取扱窓口】西宮家(母屋売店) / バス車内

【定期券取扱窓口】西宮家(母屋売店)

問合せ (株)西宮家(仙北市指定管理者)
☎ 52-2438





令和2年4月1日 仙北市民バス時刻表

たっこちゃんバス



問合せ

向生保内線

ロイヤル交通(株) 秋田営業所 (仙北市指定管理者)
☎ 43-0101

向生保内線

運休日/日曜日、祝日、12月31日~1月3日
時刻表の▲印は土曜日運休

普通運賃/大人 200円、小中学生 100円

【回数券取扱窓口】バス車内/ロイヤル交通(株)秋田営業所/
四十程 (高橋良宣様) / 手倉相内 (荒木田保隆様) / 野村・
田向 (島山隆太郎様)

【定期券取扱窓口】ロイヤル交通(株)秋田営業所

改正

【運行系統名】向生保内1

便名	▲1	2
発/着	循環 田沢湖庁舎前	
田沢湖庁舎前	▲7:15	8:10
病院前	▲7:17	8:12
雁治塚	▲7:19	8:14
生保内発電所前	▲7:22	8:17
四十程第1	▲7:24	8:19
四十程第2	▲7:25	8:20
赤石	▲7:27	8:22
上堂田	▲7:30	8:25
堂田会館前	▲7:31	8:26
下堂田	▲7:32	8:27
田向	▲7:34	8:29
野村	▲7:35	8:30
下相内端	▲7:37	8:32
相内端	▲7:38	8:33
手倉相内会館前	▲7:39	8:34
手倉野	▲7:40	8:35
上手倉野	▲7:41	8:36
沼田	▲7:42	8:37
市営住宅前	▲7:46	8:41
仙岩団地	-	8:44
大杉沢	-	8:47
武蔵野	-	8:48
愛宕町前	▲7:47	8:49
生保内公園口	▲7:48	8:50
東風の湯前	-	8:52
だしのご園前	-	8:54
中学校前	▲7:50	8:56
小学校前	▲7:52	8:57
商工会館前	▲7:54	8:59
田沢湖駅前	▲7:55	9:00
病院前	▲7:56	9:01
商工会館前	▲7:57	9:02
街道ノ上	▲7:58	9:03
田沢湖庁舎前	▲8:00	9:05

【運行系統名】向生保内2

便名	3	4	5	▲6
発/着	循環 田沢湖庁舎前			
田沢湖庁舎前	11:25	13:25	15:20	▲16:25
街道ノ上	11:26	13:26	15:21	▲16:26
病院前	11:27	13:27	15:22	▲16:27
グランマート前	-	13:28	15:23	▲16:28
田沢湖駅前	11:28	13:30	15:25	▲16:30
商工会館前	11:29	13:31	15:26	▲16:31
小学校前	11:31	13:33	15:28	▲16:33
中学校前	11:32	13:34	15:29	▲16:34
だしのご園前	-	-	15:31	-
東風の湯前	11:34	13:36	15:33	▲16:36
生保内公園口	11:36	13:38	15:35	▲16:38
愛宕町前	11:37	13:39	15:36	▲16:39
武蔵野	11:38	13:40	15:37	▲16:40
大杉沢	11:39	13:41	15:38	▲16:41
仙岩団地	11:42	13:44	15:41	-
市営住宅前	11:44	13:46	15:43	▲16:42
田沢湖庁舎前	11:46	13:48	15:45	▲16:44
街道ノ上	11:47	13:49	15:46	▲16:45
商工会館前	11:48	13:50	15:47	▲16:46
田沢湖駅前	11:49	13:51	15:49	▲16:47
病院前	11:50	13:52	15:50	▲16:48
グランマート前	11:51	13:53	15:51	▲16:49
雁治塚	11:53	13:55	15:53	▲16:51
生保内発電所前	11:55	13:57	15:55	▲16:53
四十程第1	11:57	13:59	15:57	▲16:55
四十程第2	11:58	14:00	15:58	▲16:56
赤石	12:00	14:02	16:00	▲16:58
上堂田	12:03	14:05	16:03	▲17:01
堂田会館前	12:04	14:06	16:04	▲17:02
下堂田	12:05	14:07	16:05	▲17:03
田向	12:06	14:08	16:06	▲17:04
野村	12:07	14:09	16:07	▲17:05
下相内端	12:09	14:11	16:09	▲17:07
相内端	12:10	14:12	16:10	▲17:08
手倉相内会館前	12:11	14:13	16:11	▲17:09
手倉野	12:12	14:14	16:12	▲17:10
上手倉野	12:13	14:15	16:13	▲17:11
沼田	12:14	14:16	16:14	▲17:12
十文字	12:15	14:17	16:15	▲17:13
病院前	12:17	14:19	-	-
グランマート前	12:18	14:20	16:17	-
田沢湖駅前	12:20	14:21	-	-
商工会館前	12:21	14:22	-	-
街道ノ上	12:22	14:23	16:19	▲17:14
田沢湖庁舎前	12:23	14:24	16:20	▲17:15

令和2年4月1日 仙北市民バス時刻表

スマイルバス



問合せ

(株) 西宮家 (仙北市指定管理者)
☎ 52-2438

中川線



中川線

運休日/日曜日、祝日、12月31日~1月3日
時刻表の▲印は土曜日運休

普通運賃/大人 200円、小中学生 100円

【回数券取扱窓口】西宮家 (母屋売店) / バス車内

【定期券取扱窓口】西宮家 (母屋売店)

【運行系統名】中川1

便名	▲1	2	3	4
発/着	発:角館駅前 / 着:野田			
角館駅前	▲9:40	11:30	13:40	16:10
大塚	▲9:43	11:33	13:43	16:13
岩瀬住宅前	▲9:44	11:34	13:44	16:14
市立病院前	▲9:45	11:35	13:45	16:15
岩瀬住宅前	-	11:36	13:46	16:16
大塚	-	11:37	13:47	16:17
田町下丁	▲9:47	11:38	13:48	16:18
西宮家前	▲9:49	11:39	13:49	16:19
駅通り	-	11:41	13:51	16:20
角館駅前	-	11:42	13:52	16:21
上菅沢	-	11:44	13:54	16:23
ワンダーモール前	-	11:46	13:56	16:24
駅東公園前	-	11:48	13:58	16:26
下菅沢	-	11:50	14:00	16:28
駅通り	-	11:52	14:02	16:30
立町	▲9:50	11:53	14:03	16:31
中町	▲9:51	11:54	14:04	16:32
横町十文字	▲9:52	11:55	14:05	16:33
伝承館入口	▲9:53	11:56	14:06	16:34
川原町	▲9:54	11:57	14:07	16:35
鶴ノ崎橋	▲9:55	11:58	14:08	16:36
川原	▲9:57	12:00	14:10	16:38
中川郵便局前	▲10:00	12:03	14:13	16:41
中川小学校前	-	12:06	14:16	16:44
安久戸	-	12:07	14:17	16:45
八卦	-	12:08	14:18	16:46
若神子	-	12:09	14:19	16:47
赤平	-	12:11	14:21	16:49
中川小学校前	-	12:14	14:24	16:52
中川集落センター前	▲10:01	12:15	14:25	16:53
下高屋	▲10:03	12:17	14:27	16:55
川崎	▲10:05	12:19	14:29	16:57
黒沢	▲10:07	12:21	14:31	16:59
上黒沢	▲10:08	12:22	14:32	17:00
黒森	▲10:10	12:24	14:34	17:02
大場	▲10:12	12:27	14:37	17:05
栗田	▲10:15	12:30	14:40	17:08
野田	-	12:34	14:44	17:12

※国道46号より中川方面はフリー乗降区間です。

【運行系統名】中川2

便名	▲1	2	3	▲4	5
発/着	発:野田 / 着:角館駅前				
野田	▲7:15	8:30	-	▲12:34	14:45
栗田	▲7:19	8:34	10:15	▲12:38	14:49
大場	▲7:22	8:37	10:18	▲12:41	14:52
黒森	▲7:24	8:39	10:20	▲12:43	14:54
上黒沢	▲7:26	8:41	10:22	▲12:45	14:56
黒沢	▲7:27	8:42	10:23	▲12:46	14:57
川崎	▲7:29	8:44	10:25	▲12:48	14:59
下高屋	▲7:31	8:46	10:27	▲12:50	15:01
中川集落センター前	▲7:33	8:48	10:29	▲12:52	15:03
中川小学校前	▲7:35	8:49	10:30	▲12:53	15:04
赤平	▲7:38	8:52	10:33	▲12:56	15:07
若神子	▲7:40	8:54	10:35	▲12:58	15:09
八卦	▲7:41	8:55	10:36	▲12:59	15:10
安久戸	▲7:42	8:56	10:37	▲13:00	15:11
中川小学校前	▲7:43	8:57	10:38	▲13:01	15:12
中川郵便局前	▲7:46	9:00	10:41	▲13:04	15:15
川原	▲7:49	9:03	10:44	▲13:07	15:18
鶴ノ崎橋	▲7:51	9:05	10:46	▲13:09	15:20
川原町	▲7:53	9:07	10:48	▲13:11	15:22
伝承館入口	▲7:54	9:08	10:49	▲13:12	15:23
横町十文字	▲7:55	9:09	10:50	▲13:13	15:24
中町	▲7:56	9:10	10:51	▲13:14	15:25
立町	▲7:57	9:11	10:52	▲13:15	15:26
高校角	▲7:58	9:12	10:53	▲13:16	15:27
大塚	▲8:00	9:14	10:55	▲13:18	15:29
岩瀬住宅前	▲8:01	9:15	10:56	▲13:19	15:30
市立病院前	▲8:03	9:17	10:58	▲13:21	15:32
岩瀬住宅前	▲8:04	9:18	10:59	▲13:22	15:33
大塚	▲8:05	9:19	11:00	▲13:23	15:34
田町下丁	▲8:06	9:20	11:01	▲13:24	15:35
西宮家前	▲8:07	9:21	11:02	▲13:25	15:36
駅通り	▲8:08	9:22	11:03	▲13:26	15:37
上菅沢	-	9:24	11:05	▲13:28	15:39
ワンダーモール前	-	9:26	11:07	▲13:30	15:41
駅東公園前	-	9:30	11:11	▲13:34	15:45
下菅沢	-	9:33	11:13	▲13:36	15:47
角館駅前	▲8:09	9:35	11:15	▲13:38	15:49





▶▶▶ Events

イベント

館藏品・寄託品展

角館町平福記念美術館では、現在、企画展「館藏品・寄託品展」を開催しています。今回は寄贈、寄託いただいている作品の中から「冬」をテーマにした展示構成で作品を紹介しています。角館で青春を過ごした日本画家・佐藤元彦先生の迫力あるなまげの作品や、角館町役場職員を長年された伊藤榮治氏のふるさとの冬の景色を描いた作品など、角館と縁の深い作家の作品を多数展示しています。ぜひこの機会に、あと少しで終わりを告げる「冬」を美術館でお楽しみください。

- 【会期】4月12日回まで
- 【休館日】3月まで毎週月曜日、4月から会期中無休
- 【開館時間】▶3月まで9:00～16:30（入館は16:00まで）
▶4月から9:00～17:00（入館は16:30まで）
- 【場所】角館町平福記念美術館
- 【入館料】一般（高校生以上）300円、小・中学生200円 ※仙北市民は無料
- 【問合せ】角館町平福記念美術館 ☎54-3888



お知らせ ▶▶▶ Information

ご存知ですか？国の助成を受けられる「中退共」の退職金制度

中小企業退職金共済（中退共）制度は、中小企業のための国の退職金制度です。新規加入や掛金月額を増額する場合、掛金の一部を国が助成し、掛金は全額非課税で手数料もかかりません。社外積立で管理も簡単、パートさんも家族従業員もご加入いただけます。退職金はぜひ中退共におまかせください。

【問合せ】独立行政法人 勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部 ☎03-6907-1234

お知らせ ▶▶▶ Information

その病気、その症状は石綿が原因かもしれません

ご家族に肺がんや中皮腫などで亡くなられた方はいませんか？息切れ、胸が苦しいなどの症状が出ていませんか？

石綿による疾病と認定された場合、各種給付を受けることができます。石綿による疾病は、石綿を吸ってから非常に長い年月を経て（例えば、中皮腫の場合、潜伏期間は20～50年といわれています）発症することが大きな特徴です。お心あたりのある方は、下記までご相談ください。

【問合せ】▶秋田労働局労災補償課 ☎018-883-4275
▶お近くの労働基準監督署

相談 ▶▶▶ Consultation

令和2年第3回 お薬相談会

今、服用している薬のこと、ご家族が服用している薬のことなどお薬の相談会を行います。家に残っている薬の整理（持参した場合）や家庭用医薬品などお薬のことなら何でも相談にのります。お気軽にご相談ください。

【日時】3月31日 15:00～16:30
【場所・問合せ】クオール薬局田沢湖店 ☎43-9189

お知らせ ▶▶▶ Information

4月納付分から協会けんぽの保険料率が変わります

協会けんぽは、主に中小企業の従業員とご家族の皆さまが加入する健康保険です。秋田支部の健康保険料率は、令和2年4月納付分から10.25%（現行10.14%）へ引き上げとなります。また、40歳から64歳までの方に対する介護保険料率は全国一律1.79%（現行1.73%）へと引き上げとなります。

【問合せ】全国健康保険協会（協会けんぽ）秋田支部 ☎018-883-1841

お知らせ ▶▶▶ Information

ご存知ですか？「筆界特定制度」

「筆界特定制度」は、土地の筆界（境界）トラブルを解決するため、法務局が現地における筆界の位置を特定する制度です。隣接地との筆界が分からず困っている方、筆界について隣地の所有者と意見が一致しないで困っている方は、筆界特定制度をご利用ください。

【問合せ】秋田地方方法務局 筆界特定室 ☎018-862-1442

相談 ▶▶▶ Consultation

無料法律相談

市では、法律問題でお困りの方が、お気軽に法律の専門家（＝弁護士）に相談できるように、秋田弁護士会のご協力をいただき、次のとおり無料法律相談を開催します。

【日時】3月25日 13:30～
【場所】角館交流センター 第2研修室
【相談員】河村憲史弁護士

【相談内容】▶一般法律相談（法律問題全般のご相談）▶サラ金・クレジットなど多重債務のご相談▶中小企業・個人事業に関するご相談▶高齢者・障がい者に関するご相談▶交通事故に関するご相談▶子どもに関するご相談

【申込方法】総務課総務係に電話で予約してください。

【予約受付時間】平日9:00～17:00
【相談時間等】1日先着5人。1人30分以内。（①13:30～14:00 ②14:05～14:35 ③14:40～15:10 ④15:15～15:45 ⑤15:50～16:20）

【その他】相談がスムーズに進むよう、あらかじめ話の内容をまとめてきてください。相談に必要と思われる資料がありましたらお持ちください。

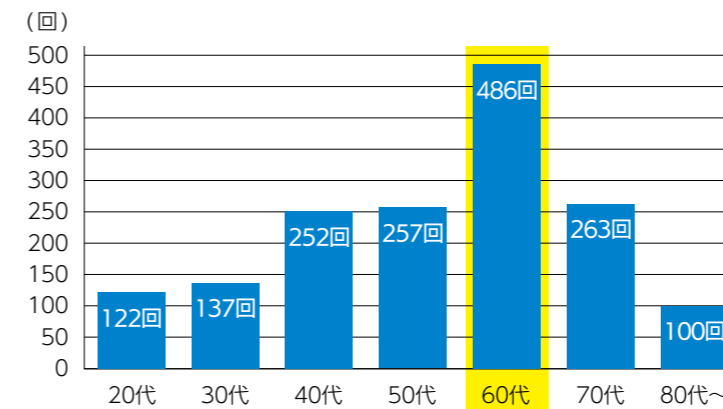
【問合せ】仙北市総務課 ☎43-1111

疲労ストレス測定器データの分析結果から

仙北市では、市内の四つの温泉施設（角館温泉 花葉館、西木温泉ふれあいプラザ クリオン、市民浴場 東風の湯、アルパこまくさ）に疲労ストレス測定器を設置し、市民の皆さんにご利用いただいています。疲労ストレス測定器利用状況（平成30年2月導入時～令和2年1月31日まで）をお知らせします。

これまでの総利用件数 **24,726** 件

年代別の疲労ストレス測定器利用回数（入浴前後）

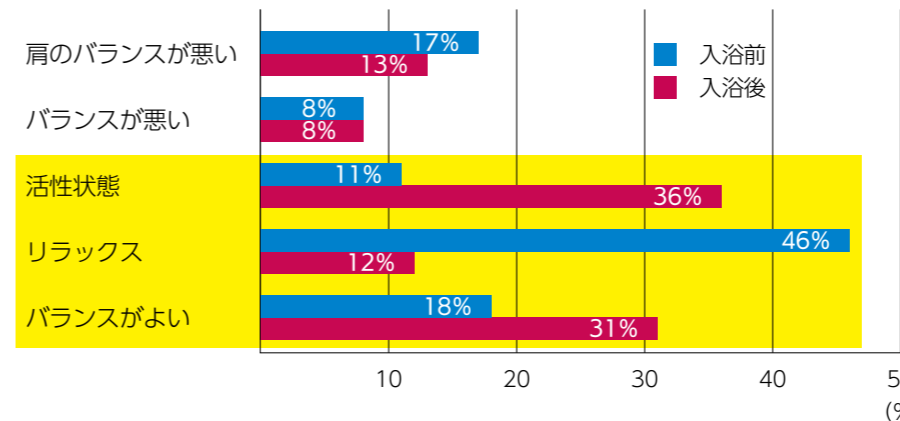


疲労ストレス測定器とは？

自律神経（交感神経・副交感神経）のバランスをみる機械です。
交感神経：元気になっている状態。
副交感神経：リラックスしている状態。

1月31日現在、入浴前後でストレス測定器を利用いただいた方のグラフです。60代の利用が1番多く、次いで40代、50代、70代の方の利用が多いことが分かります。このことから、40代から徐々に健康や温泉利用への関心が高くなっていることがうかがえます。皆さんも温泉入浴前と入浴後の測定で自律神経のバランスをチェックしてみませんか？

入浴前後の測定結果から 利用件数 1,941 件



入浴前
 入浴前はリラックス（副交感神経が優位）している状態の方が多くことが分かります。

↓

入浴後
 温泉に入浴したことにより、自律神経のバランスがよくなる方や活性状態（交感神経が優位）となり元気になっている傾向がみられました。

まとめ



監修 市川晋一氏（仙北市温泉療養研究会会長・西明寺診療所長）

- ✓ 温泉入浴の目的は元気になりたい方（交感神経が優位）、リラックスしたい方（副交感神経が優位）の2つに分けられる。
 - ✓ 入浴前はリラックスした状態の方が多く、入浴後は元気になる方や神経バランスがよくなる方が多く見られた。
 - ✓ 元気になりたいと思って入浴されている方は目的を果たせている。一方で、温泉に入ってリラックスしたい、と思っている方は、入浴後に活性状態となっていることが多いため、入浴前にかけ湯を10杯する、41度以下のお湯で入浴する、早朝・飲食直後の入浴を避けるなど、入浴方法を改善する余地があると言える。
- ⇒疲労ストレス測定器を有効活用し、温泉に入る前に入浴の目的と入浴方法について考えることが重要と思われる。

INDEX

- 2 新型コロナウイルス感染症対策関連情報
- 3 2020 FIS フリースタイルスキーワールドカップ 秋田たざわ湖大会
- 4 2020 仙北市の冬まつり
- 5-7 旬な情報チャンネル／仙北市地域おこし協力隊コラム
- 8 まちづくり日記／かくのたてフィルムコミッションロケーションだより
- 9 みんなのつばやき～もっと台湾が好きになる～
- 10-13 市役所からのお知らせ
- 14 保健と健康の掲示板／にしき園だより
- 15 仙北市版ネウボラ なないろ通信
- 16 学び・ふれあい・心豊かに生涯学習
- 17 仙北市教育委員会だより きたらう
- 18-21 市民バスのダイヤをお知らせします
- 22 疲労ストレス測定器データの分析結果から
- 23 おしらせナビ
- 24 仙北市カレンダー

広報担当者の



FK 話をしているとよく噛みます。そこで早口言葉がどれくらい言えるのかと試したくて調べてみました。定番の「生麦生米生卵」、意外と難しい「炙りカルビ」。そんな中、簡単そうだけど全然言えなかった強敵が…、「右目右耳右目」。皆さんもぜひお試しください。

RI 月2回の広報つばやき。今号は何を書こうかを考えているときにふと思いついた「川柳を一句、詠みたいと思います。「つばやきに腕組み瞑想寝てしまう」。個人的には面白い句を詠めたと思っていますが、瞑想を「迷走」でもいいのかと考えると、川柳の奥深さを感じました。

SG 雪が好きな自分には少々物足りなさを感じていたこの冬。そんな中迎えたモーグルW杯では、スタッフの懸命の作業によりコースが設営されたものの、2日目は視界不良により競技途中で中止に。天候には逆らえませんが、この時ばかりは回復を願いました。何となくもどかしさが残る冬、そんな気持ちも雪解けとともに消えるといいのですが…。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止または延期となった行事には【中止】【延期】の記載をしています。(3月9日現在)

仙北市カレンダー 3/16 月 ~ 4/3 金

3/16 月	●【中止】仙北市社会福祉協議会心配ごと相談日 (紙風船館 10:00 ~ 12:00) 3/1-P23 ●神代小学校卒業式
17 火	●生保内・角館・白岩小学校卒業式
18 水	●【中止】えくぼの会 (角館交流センター 10:00 ~ 14:00) 3/1-P21 ●こころの相談 (角館交流センター 13:30 ~ 14:30、15:00 ~ 16:00) 3/1-P21 ●【中止】行政相談所開設日 (田沢湖総合開発センター 13:00 ~ 16:00) 3/1-P23 ●【中止】仙北市社会福祉協議会心配ごと相談日 (田沢湖総合開発センター 13:00 ~ 16:00) 3/1-P23 ●神代こども園・角館西保育園卒園式
19 木	●【中止】赤ちゃん広場 (さくらっこ 10:30 ~ 14:30) 3/1-P19 ●行政相談所開設日 (角館交流センター 13:00 ~ 16:00) 3/1-P23
20 金	●【ライブ配信に変更】仙北インターナショナルドローンフィルムフェスティバル 2020 (詳しい情報は市のホームページをご覧ください) 3/1-P22
21 土	●【中止】とことこタイム (田沢湖図書館 9:00 ~ 12:00) 3/1-P17 ●【中止】おはなし玉手箱 (田沢湖図書館 10:00 ~) 3/1-P17 ●【中止】オレンジカフェ (グループホームひまわり 14:00 ~ 16:00) 3/1-P20 ●【中止】そば打ち教室 (神代就業改善センター 10:00 ~) 3/1-P23
22 日	
23 月	●【中止】サテライト相談会 (市役所中町庁舎 10:00 ~ 15:30) 3/1-P22
24 火	●【中止】かだれ (田沢湖健康増進センター 10:00 ~ 15:00) 3/1-P21 ●こころの相談 (角館交流センター 13:30 ~ 14:30、15:00 ~ 16:00) 3/1-P21
25 水	●保健師による健康アドバイスとラッキー抽選会 (アルパこまきさ 11:00 ~ 12:00、角館温泉 花葉館 14:00 ~ 16:00) P13 ●無料法律相談 (角館交流センター 13:30 ~) P23 ●発達障がいに関する理解促進セミナー (角館交流センター 18:30 ~ 20:00) 3/1-P13
26 木	●保健師による健康アドバイスとラッキー抽選会 (西木温泉ふれあいプラザ クリオン 10:00 ~ 12:00、市民浴場 東風の湯 14:00 ~ 16:00) P13 ●【中止】すくすく成長記録 Day (さくらっこ 10:00 ~ 11:00) 3/1-P19
27 金	●行政相談所開設日 (市役所松木内出張所 13:00 ~ 16:00) 3/1-P23
28 土	●【延期】市税などの滞納による差押物品の公売会 (田沢湖総合開発センター 開場 9:00、入札 10:00) P12 ●【中止】オレンジカフェ (往生院 13:00 ~ 15:00) 3/1-P20
29 日	
30 月	●夜間納税・納付窓口開設日 (市役所田沢湖・角館、西木庁舎 17:15 ~ 19:00) P12
31 火	●お薬相談会 (ワオール薬局田沢湖店 15:00 ~ 16:30) P23
4/1 水	
2 木	
3 金	



植物油インキを使用しています。



この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。