

ご参加の際は、マスクの着用をお願いします。

語って、笑って、ホッと一息①

えがおサロン



相談は
秘密厳守
です

4月6日 5月11日 13:00～16:00

場所 田沢湖健康増進センター
内容 血圧測定、健康講話、脳トレ、手工芸など
参加料 100円

傾聴ボランティア「えくぼの会」では、毎月サロンを開き、個人の悩みや相談に応じています。お茶やコーヒーを飲んで語ってホッとするスペースです。予約なしで、どなたでも好きな時間に参加できますのでぜひお立ち寄りください。

傾聴ボランティア「えくぼの会」

あなたの話を聴いてくれる人がいる

こころの相談

角館庁舎 ▶ 4月7日 午前・11日 午後・21日 全日・25日 午後・5月9日 午前・16日 全日・23日 全日・30日 午前

田沢湖健康増進センター ▶ 4月13日 午後・5月18日 午後

西木総合開発センター ▶ 5月24日 午前

時間 午前/①10:00～10:50 ②11:00～11:50
午後/③13:30～14:20 ④14:30～15:20
全日/①②③④(午前・午後)

相談方法 面談または電話(予約時にご希望をお聞きします)

※電話相談を予約された方には、予約の日時にスタッフより電話をします。

予約締切 事前にお電話ください(当日でも空きがあれば可)。
スタッフ 公認心理師・臨床心理士

経済・生活の不安、職場環境や人間関係、子育てや家族関係、病気や健康の不安、近隣関係などから、心配で夜中に目が覚めたり、以前のように食事がとれないことはありませんか。また、ため息が増えたり、気分が沈んで自分を責めたり、反対にイライラして人や物にあたってあとで後悔したり、いつもがまんばかりしていると感じていませんか。

保健課では、このような方々に「こころの相談」をおすすめしています。困りごとを、話せるところからゆっくり話してみませんか?ひとりでも悩まないで話をしてみましょう。

若者同士で交流しましょう!

参加無料!

若者の居場所

4月19日 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)

語って、笑って、ホッと一息②

傾聴ボランティア かだれ

4月13日 27日 10:00～12:00・12:00～15:00

内容 ▶午前 保健師による血圧測定、健康相談など
▶午後 認知症予防軽体操、ゲームなど

場所 田沢湖健康増進センター 調理室
参加料 100円(昼食は各自でご持参ください)

一緒にお茶を飲んだり認知症予防ゲームなどやりたいことをやりましょう!集いの場「かだれ」が開催されている時間内に個別にお話もお聞きします(予約先 小松 ☎090-2975-3450)。相談は無料ですので、遠慮なくお越しください。

笑いで和、輪、話を広げよう!

笑いの会

4月15日

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、ゲームなど

笑いは、おなかや、胸の筋肉を動かすことで酸素を体内に取り込み、免疫力を高め、さまざまな病気に対して強い体を作ります。自律神経のバランスを整えストレスにも強くなります。仲間と一緒に笑うことで効果がさらに実感できます。申し込みは不要です。

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

4月20日 10:00～14:00

場所 角館交流センター

心に溜まったことや、気になること、心配なことなど話してみませんか。「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。開催時間内の都合のよいときにお気軽にお越しください。

問合せ/仙北市保健課 ☎43-2252

“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、家にも居心地が悪い、社会の中で生きづらさを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。ぜひひとりで抱え込まずに、まずは足を運んでください。お待ちしております。

問合せ/NPO法人 KOU 大屋みはる ☎018-853-4367

令和4年度から

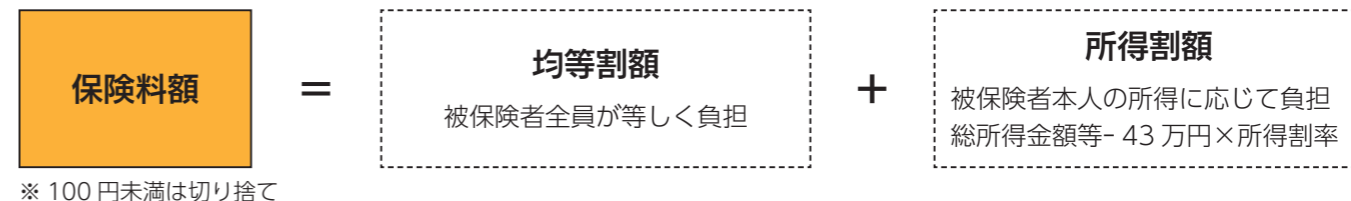
後期高齢者医療の保険料率が変わります!

後期高齢者医療制度の保険料率は、2年ごとに改定されることになっており、令和4年度から保険料率が変わります。また、所得が一定以下の世帯の方に適用され

る保険料の軽減措置についても変更されます。

令和4年度の保険料額は、例年と同様に7月中旬頃に通知する予定です。

後期高齢者医療保険料の内訳



保険料率の算定について

2年ごとに改定される保険料は、「秋田県後期高齢者医療広域連合」が決定しています。市町村では、広域連合で決定した保険料率にもとづき、保険料の通知書や納付書を皆さまに送付しています。

算定の経緯については、広域連合のホームページ(<http://www.akita-kouiki.jp/>)で紹介していますので参照ください。また、保険料率改定に関する疑問・質問は、下記までお問い合わせください。

秋田県後期高齢者医療広域連合
ホームページへ



保険料率が変わります

	令和3年度	令和4年度
均等割額	43,100円	44,310円
所得割率	8.38%	8.27%

保険料の賦課限度額が変わります

	令和3年度	令和4年度
賦課限度額	64万円	66万円

均等割額軽減措置が変わります

世帯の総所得金額などの基準 (世帯=世帯主+被保険者全員)	軽減割合	令和3年度 均等割額	令和4年度 均等割額
基礎控除額(43万円) + (給与・年金所得者等の合計数 - 1) × 10万円を超えない場合	7割	12,930円	13,293円
基礎控除額(43万円) + (給与・年金所得者等の数 - 1) × 10万円 + (28万5,000円 × 世帯の被保険者数) を超えない場合	5割	21,550円	22,155円
基礎控除額(43万円) + (給与・年金所得者等の数 - 1) × 10万円 + (52万円 × 世帯の被保険者数) を超えない場合	2割	34,480円	35,448円
後期高齢者医療制度加入前に職場の社会保険などの被扶養者であった方 (制度加入後2年間適用)	5割	21,550円	22,155円

※次の要件を満たす方は「給与・年金所得者」より除きます。

- ▶ 給与の総収入が55万円を下回る場合 ▶ 公的年金などの総収入が125万円を下回る場合(65歳未満の方は60万円)



問合せ 秋田県後期高齢者医療広域連合

業務課 ☎018-853-7155
総務課 ☎018-838-0610

お知らせ Information

4月3日(日)から9日(土)まで火災予防運動が実施されます！
春の火災予防運動～おうち時間 家族で点検 火の始末～

期間中は、電話による住宅用火災警報器の設置調査を予定していますので、ご協力をお願いします(例年、訪問調査を実施していましたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、電話での抽出聞き取り調査を行います)。

【電話調査予定地域】▶角館地区：白岩地域(110軒)▶田沢湖地区：神代地域(70軒)▶西木地区：西木全域(90軒)

【問合せ】▶角館消防署 ☎54-2302▶田沢湖分署 ☎43-1139▶西木分署 ☎48-2324

お知らせ Information

善意ありがとうございます(2月受付分、敬称略)

【仙北市小中学校へ学校用図書への寄贈】◆仙北市 PTA 連合会 会長 元村奈津子

【仙北市社会福祉協議会へ寄付】◆山谷真一(角館町中菅沢)◆佐藤嘉余子(角館町上菅沢)◆佐藤忠公(小淵野字後川)◆榊ツルハ

お知らせ Information

介護保険事務所から 地域密着型サービス事業所を公募します

【公募するサービス】①定期巡回・随時対応型訪問介護看護

②看護小規模多機能型居宅介護 ※整備期間は令和4年度～5年度。

【応募要件】▶設置主体が法人であること(②は病床を有する診療所の開設者でも可)

▶整備期間内に事業の開始が可能であること ▶介護保険法第78条の2第4項各号に該当しないこと ▶公募に係る説明会に参加すること

【公募に係る説明会】《日時》4月28日(日)10:00～《場所》大仙市役所仙北庁舎3階大会議室

【申込方法】「法人名、参加者名、電話番号、開設を希望する事業名、開設予定地、開設予定時期」を明記し電子メールにより申し込み。電子メール送信後に届いたか電話で確認をしてください。(参加は2人まで)

【申込期限】4月21日(日)17:00

【申込・問合せ】介護保険事務所 指導監査班 ☎0187-86-3913

E-mail j-kansa@oskaigonet.or.jp

～65歳以上の方で介護保険料が特別徴収(年金から差し引き)されている皆さんへ～
4月・6月に特別徴収(年金から差し引き)される金額は昨年度2月と同じです

介護保険料は、6月に決定される住民税の課税状況などによって、7月にその年度に納める金額(確定保険料)が決まりますので、8月・10月・12月・2月の金額は7月の通知書によりお知らせします。確定保険料での徴収ができない4月・6月は昨年度2月の保険料額と同じ金額での徴収となります。なお、4月から初めて特別徴収が開始される方には通知書をお送りしていますが、昨年度から引き続き特別徴収されている方にはお送りしていませんのでご了承願います。

4月	6月	8月	10月	12月	2月
12,000円	12,000円	16,000円	14,000円	13,000円	13,000円
昨年度の2月の保険料額と同じ金額です。		7月の通知書によりお知らせします。			

※4月から8月までの間で保険料年額(上記例では80,000円です)のおおよそ半分の額となるように、8月分で調整させていただきます。また、10月分では1,000円未満の端数が調整されます。なお、上記金額はあくまでも一例です。

【申請・問合せ】▶介護保険事務所 保険給付班 ☎0187-86-3911

▶仙北市長寿支援課 ☎43-2281▶仙北市包括支援センター ☎43-2283

相談 Consultation

行政に関する相談ごとは
行政相談委員に

行政相談委員は、総務大臣から委嘱を受け、国の仕事などについての苦情や意見・要望を受け付け、皆さんと関係行政機関との間に立って、その解決を図る「行政と住民のパイプ役」です。仙北市の行政相談委員は次の3人の方で、自宅で相談を受け付けているほか、定例相談所を開設しています。

【行政相談委員】▶羽川茂幸 ☎42-2385 田沢湖田沢字沼田102-1 ▶大楽進 ☎53-2690 角館町七日町34 ▶新山敦晃 ☎47-2746 西木町西明寺字宮田18

【4月相談所開設日・場所】▶20日(日)・田沢湖総合開発センター▶21日(日)・角館交流センター▶22日(日)・市役所松木内出張所

【時間】13:00～16:00

【問合せ】仙北市総務課 ☎43-1111

相談 Consultation

仙北市社会福祉協議会
4月の心配ごと相談日

社会福祉協議会では、相談援助活動として心配ごと相談を行っています。お気軽にご利用ください。

【日時・場所】▶13日(日)13:00～16:00・市役所神代出張所▶14日(日)13:00～16:00・社会福祉協議会角館支所▶18日(日)10:00～12:00・社会福祉協議会西木支所▶20日(日)13:00～16:00・田沢湖総合開発センター

【問合せ】仙北市社会福祉協議会 ☎52-1624

お知らせ Information

仙北市スポーツ協会
事務所移転のお知らせ

仙北市スポーツ協会は3月31日をもって仙北市勤労青少年ホームの指定管理業務を終了しました。4月1日からは角館交流センター内に事務所を移転します。

【新住所】〒014-0368 仙北市角館町中菅沢77-30 角館交流センター内

【4月1日からの連絡先】下記のとおり。

【問合せ】仙北市スポーツ協会 事務局

☎42-8690 FAX 42-8691

神代診療所から

診療日程表のお知らせ(4月1日～)

▼診療時間(受付開始は、診療時間の30分前から)

曜日	診療時間	医師
月	9:00～11:30 13:30～16:30	吉岡政人先生(秋田大学医学部附属病院) ※小学生以下のお子さまの診察・予防接種はできません。
火	9:00～11:30 15:00～18:00	中川康彦先生または堀江美里先生(秋田大学医学部附属病院 消化器外科) 嘉陽毅先生
水	9:00～11:30 13:30～16:30	嘉陽毅先生
木	9:00～11:30 13:30～16:30	田口大樹先生(秋田大学医学部附属病院 腫瘍内科)
金	健康相談日(要事前予約)	診療は行いません。看護師による健康相談日となります。

▼休診日

●金・土・日曜日、祝日

●盆休み／
8月12日(金)～15日(月)

●年末年始／
12月29日(木)～
令和5年1月3日(火)

問合せ・健康相談予約／
神代診療所 ☎44-2118

大曲仙北歯科医師会

病院がお休みの日に急に歯が痛くなったり、処置が必要になったときに当番制で診療を行っています。受診の前は必ず電話でご確認ください。

4月の
休日歯科診療当番医

診療時間9:00～12:00

3日 さいとう歯科クリニック(仙北市角館町) ☎0187-53-2752
10日 岡田歯科医院(美郷町六郷) ☎0187-84-4108
17日 ホワイト歯科医院(大仙市大曲日の出町) ☎0187-86-3180
24日 富岡歯科医院(大仙市太田町) ☎0187-88-1123



お知らせ Information

4月1日から
自転車損害賠償責任保険等への
加入が義務化されます

秋田県自転車条例により、4月1日から自転車損害賠償責任保険等(自転車利用によって他人の生命・身体に損害を与えた場合に保証する保険・共済)への加入が義務化されます。万が一の事故に備え、必ず保険などへ加入してください。自転車は車のなかまです。定期的に整備士による点検・整備を受け、交通ルールを守り、安全に利用しましょう。詳しくは県ホームページ(https://www.pref.akita.lg.jp/pages/archive/58212)をご確認ください。

【問合せ】秋田県県民生活課 ☎018-860-1523

セミナー・教室

Seminar&Lesson

公共職業訓練 6月期生の募集

ポリテクセンター秋田では、求職者を対象にものづくり分野に関する専門的技術・知識を習得するための職業訓練を行っています。

【訓練期間・時間】6月2日(日)～11月29日(日)(6か月)9:30～15:40

【場所】ポリテクセンター秋田(潟上市)

【訓練科(定員)】CAD・NC技術科《旧テクニカルオペレーション科》(15人)

【受講料】無料(テキスト代などは自己負担)

【募集期限】4月26日(日)

【応募資格】ハローワークに求職申込をされた方で、新たな技術・技能を身につけて再就職を希望される方

【その他】毎週木曜日に施設見学会を行っています。

【問合せ】秋田職業能力開発促進センター(ポリテクセンター秋田) 訓練課 受講生支援室 ☎018-873-3178