

こころの相談

公認心理師・臨床心理士があなたの相談を親身に受け止めます！

☎ 仙北市保健課 ☎ 43-2252

病気や健康、家族問題、からだやこころの悩み、人間関係、仕事や生活の不安、子育て、近隣関係など、ひとりで悩まないで声を出してみませんか。話せるところから、ゆっくり話してみませんか。

- 場所・日時
▶角館庁舎／7月1日(木) (午後のみ)・8日(木) (午前のみ)・18日(木)・22日(木) (午前のみ) 29日(木) (午前のみ)
- ▶田沢湖健康増進センター／7月24日(木) (午後のみ)
- ▶西木総合開発センター(西木中央公民館)／7月9日(木) (午前のみ)
- 相談時間
▶【午前】10:00～11:00～【午後】13:30～14:30～
- 相談方法／1回50分。面談または電話(要予約・相談無料※秘密厳守)／連絡先:保健課 ☎ 43-2252

笑いの会

笑いヨガで、心も・体も・脳も健康に！

☎ 仙北市保健課 ☎ 43-2252

笑うことは心身ともに安定し、ストレス軽減に効果があるとされています。皆さまぜひご参加ください。

- 日時／7月26日(木) 受付 9:40～10:00～11:30終了
- 場所／健康管理センター(角館)
- 内容／笑いヨガ
- 参加料／無料
- ※事前申込不要



傾聴ボランティア えくぼの会

だれかに話をすると安心する

☎ 仙北市保健課 ☎ 43-2252

心にたまったことや、気になること、心配なことなどを話してみませんか。傾聴ボランティア「えくぼの会」では、ゆっくりお茶を飲みながら、会員が悩みなどをお伺いして、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。

- 日時／7月17日(木) 時間 10:00～14:00
- 参加料／無料
- 場所／角館交流センター

保 健 と 健 康

掲 示 板

保健と健康の情報はこちら

傾聴ボランティア・集いの場

かだれ！

☎ 小松まで ☎ 090-2975-3450

一緒にお茶を飲んだり、認知症予防ゲームを楽しんだり、やりたいことをやりましょう！開催時間内に個別にお話(相談)をお聴きします。

今、私たちが取り組んでいるのは、集まった人たちで互いの「安否確認や困ったときに、駆け付けられる体制づくり」を進めています。「かだれ！」は、皆さんのお越しをこちらからお待ちしています！

- 日時／7月10日(木)・24日(木) 時間 10:00～15:00
- 場所／田沢湖健康増進センター(田沢湖病院併設) 調理室・栄養相談室
- 参加料／100円(昼食は各自でご持参ください)
- 内容／保健師による血圧測定、健康相談、認知症予防体操、ゲームなど
- 相談／心理カウンセラー(相談無料/秘密厳守)

えがおサロン

語って、笑って、ホッと一息

☎ 仙北市保健課 ☎ 43-2252

相談は
秘密厳守！

「えくぼの会」では、毎月サロンを開催し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だり、語って笑ってホッとできるスペースです。予約なしで、どなたでも好きな時間に参加できます。ぜひ、お立ち寄りください。

- 日時／7月3日(木) 時間 13:00～15:30
- 参加料／100円/予約不要
- 場所／田沢湖健康増進センター(田沢湖病院併設) 交流プラザ
- 内容／血圧測定、健康講話(保健師)、脳トレ、手芸など

若者の居場所

若者同士で交流しましょう！

☎ NPO 法人 KOU 大屋みはる ☎ 018-853-4367

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つ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、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。

- 日時／7月23日(木) 時間 14:00～16:00
- 場所／角館交流センター(和室)
- 参加料／無料
- ※事前申込不要
- 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)

▼ 更新日程

期日	場所	時間
7月16日(火)	桧木内出張所	9:00～16:00
7月17日(水)	神代出張所	9:00～18:30
7月18日(木)	田沢湖総合開発センター	9:00～18:30
7月19日(金)	西木総合開発センター	9:00～16:00
7月20日(土)	市役所角館庁舎 1階 101・102 会議室	9:00～15:00

通知が届かない？

現在お持ちの受給者証の有効期限が令和6年7月31日までとなっているのに7月中に更新の通知が届かない方は、8月1日(木)以降、国保市民課国民健康保険係へお問い合わせください。

◆問合せ 国保市民課 ☎ 43-3316

介護保険事務所からのお知らせ

令和6年度 介護保険料の納付について

65歳以上の方(第1号被保険者)の介護保険料は所得や住民税課税状況によって決定し(表参照)、納め方は納付書や口座振替で納める普通徴収と年金からの差し引きで納める特別徴収に分かれます。介護保険料額のお知らせは7月中旬に発送します。

▼ 普通徴収

7月中旬送付の納付書により納めます。納め忘れを防ぐため、口座振替の利用をお勧めします。普通徴収の対象となる方は、年金の年額が18万円未満または受給していない方、令和6年度中に65歳になる方などです。

▼ 特別徴収

年金支給月(偶数月)に年金からの差し引きによる納付となります。

▼ 問合せ先

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

介護保険は介護を社会全体で支える制度であり、保険料はこの制度を支える大切な財源です！

福祉医療のお知らせ

現在お使用の福祉医療費受給者証は、8月1日から更新されます(一部受給者を除く)

7月5日以降対象者に、更新のための申請書をお送りします。会場により受付時間が異なりますので、ご確認のうえご来場ください。なお通知に記載されている必要書類(健康保険証など)は必ずお持ちください。書類がそろっていないと会場での交付ができません。都合により更新・交付手続きができない方は、8月1日(木)以降角館庁舎国保市民課国民健康保険係(4番窓口)で手続きをしてください。(7月21日、31日の間は受給者証を交付することができません。)

制度の見直しについて(令和6年8月診療分から)

① 重度心身障害者区分の対象を拡大します

対象者は、精神障害者保健福祉手帳(1級)を所持しており、自立支援医療の支給を受けている方です。対象と思われる方へ「福祉医療費受給者証交付(更新)申請書」を送りますので、申請書が届いたら必要なものをご確認のうえ申請をお願いします。

② 訪問看護療養費について「償還払い」から「現物給付」に支給方法を変更します。

段階	区分 (令和6年度の住民税課税状況等)	保険料(年額)
1	世帯全員が 住民税非課税	生活保護を受給している方、 (A)が80万円以下の方 22,914円 基準額×0.285
2		(A)が120万円以下の方 30,150円 基準額×0.375
3		(A)が120万円を超える方 55,074円 基準額×0.685
4	住民税課税世帯 (本人非課税)	(A)が80万円以下の方 70,350円 基準額×0.875
5		(A)が80万円を超える方 80,400円 基準額
6	住民税課税世帯 (本人課税)	(B)が120万円未満の方 96,480円 基準額×1.2
7		(B)が120万円以上、 210万円未満の方 104,520円 基準額×1.3
8		(B)が210万円以上、 320万円未満の方 120,600円 基準額×1.5
9		(B)が320万円以上、 420万円未満の方 136,680円 基準額×1.7
10		(B)が420万円以上、 520万円未満の方 152,760円 基準額×1.9
11		(B)が520万円以上、 620万円未満の方 168,840円 基準額×2.1
12		(B)が620万円以上、 720万円未満の方 184,920円 基準額×2.3
13		(B)が720万円以上の方 192,960円 基準額×2.4

(A) 本人の前年の[合計所得金額+課税年金収入額]
(B) 本人の前年の合計所得金額



不妊治療費等助成金のご案内

医師により治療が必要と診断された夫婦(事実婚夫婦を含む)に対し、経済的な負担を軽減するために治療費の助成をします。

●助成対象となる治療/特定不妊治療、一般不妊治療、不育症治療

●助成対象者/

・医師により治療が必要と診断された夫婦(事実婚夫婦を含む)

・申請日において仙北市民である方

・他市区町村で同一の治療に対し助成を受けていない方

・秋田県特定不妊治療費助成決定を受けている方(※特定不妊治療のみ)

●助成額/

【特定不妊治療】治療に要した費用から秋田県特定不妊治療費助成決定額を控除した額で、かつ1回につき15万円を上限額とする

【一般不妊治療、不育症治療】治療に要した費用の1/2かつ、15万円を上限額とする。

治療内容など詳細についてはホームページをご覧ください。

ホームページは二次元コードからご確認ください。



保健課 ☎43-2252



在宅介護生活を支援します
- 仙北市家族介護用品支給事業 -

●対象/次の条件すべてに該当する方

・仙北市に住所を有する方

・介護保険法において要介護4または5と認定された在宅要介護者を介護している家族

・市県民税非課税世帯(住民基本台帳上別世帯でも、実態として市県民税課税世帯と同一世帯にみなされる場合は対象となりません)

●申請方法/次の3枚をそろえて各窓口(市民センター・出張所・包括支援センター)へ申請してください。

・家族介護用品支給申請書

・介護保険被保険者証の写し

・世帯全員の市県民税非課税証明書(発行手数料は無料になります)

●支給券/1人月額4,150円の介護用品券

●支給方法/指定薬局にて下記の介護用品7品目から希望のもの引き換えてください。

【介護用品7品目】

▶紙おむつ▶尿とりパッド▶使い捨て手袋▶清拭剤▶ドライシャンプー▶ウェットティッシュ▶防水シート



包括支援センター ☎43-2283



今年度もオレンジカフェを開催します!

“オレンジカフェ”ってなんだろう?

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一つで、認知症の方やその家族、地域の人など誰でも気軽に集い、交流することのできる集いの場です。認知症に関する相談にも応じることができますので、気軽に参加してスタッフに声をかけてください。



包括支援センター ☎43-2283

オレンジカフェのお手伝いについて

認知症サポーターやキャラバンメイト、仙北地域かがやき隊の皆さんで、カフェのお手伝いを希望される方は、包括支援センターまでご連絡ください。感染症の状況などによりお休みする場合があります。詳細については直接カフェにお問い合わせください。

今月の日程

カフェの名称	代表者	会場	連絡先	開催日時	個人負担
下延オレンジカフェの会	藤原律子	下延コミュニティーセンター	55-5449	7月16日(火) 14時~16時	100円
こみっとカフェ	松館文子	NPO 法人かじか瀬スペース	080-3198-4136	7月17日(水) 10時~12時	300円
ささえ愛カフェ	清水佳奈子	デイサービスセンターささえ愛	42-8666	7月21日(日) 9時半~11時半	100円
オレンジカフェひまわり	長澤早恵	グループホームひまわり地域交流室	55-5272	7月27日(土) 14時~16時	100円

訂正とお詫び

広報5月号にて掲載した高齢者肺炎球菌の予防接種について誤りがありました。右のとおり訂正してお詫び致します。

▶広報5月号26ページ「予防接種のお知らせ」(誤) 助成対象者/満65歳以上
(正) 助成対象者/今年度65歳になる方



胃がん検診・大腸がん検診のお知らせ

胃がん検診 【対象者】40歳以上の方

【検診料金】1,700円

▶検診内容/問診、検診車でのバリウム使用の胃部エックス線検査

▶注意事項/食事は検査前日の午後9時まで控えてください。服薬については、主治医にご相談ください。水は検査開始2時間前までであれば、コップ1杯(200ml以下)程度は飲んで構いません。※それ以降の飲食があった場合は検査できません。

▶次の項目に当てはまる方は、医療機関での受診をおすすめします

胃がんの治療を受けている方/腹部の手術歴がある方/酸素ボンベによる酸素吸入治療を受けている方/飲食時にむせやすい方/以前バリウムを飲んで具合が悪くなった方/アレルギー症状が出たことがある方/便秘の強い方/体重が130kg以上ある方/妊娠中の方、または妊娠の可能性がある方

▶無料対象者/社会保険加入者の方で、次の年代の方は胃がん検診が無料で受けられます。

対象生年月日	年齢
昭和48年4月2日 ~ 昭和49年4月1日生	51歳
昭和46年4月2日 ~ 昭和47年4月1日生	53歳
昭和44年4月2日 ~ 昭和45年4月1日生	55歳
昭和42年4月2日 ~ 昭和43年4月1日生	57歳
昭和40年4月2日 ~ 昭和41年4月1日生	59歳

大腸がん検診 【対象者】40歳以上の方

【検診料金】500円

▶検診内容/便潜血検査(事前に採便容器に2日分採便してください)

▶注意事項/2日分の採便ができない場合や、期限切れの採便容器を使用した場合は検査ができません。また、採便容器が届いていない方でも、検診を受けることができます。採便容器は、保健課・各市民センター・出張所で配布しています。

※平成21年度から「大腸がん検診の研究(比較試験)」を実施しています。研究参加者の方は、「健康アンケート(黄緑)」の提出と便潜血検査(2日分の便検査)に今年度もご協力をお願いします。なお、検診料金は無料となります。

各種検診料金無料対象者(持ち物)

▶仙北市国保(健康保険証) ▶70歳以上の方(健康保険証) ▶後期高齢者医療保険(健康保険証) ▶生活保護世帯(緊急時医療依頼書) ▶世帯全員が市県民税非課税の方(令和6年6月1日以降の市県民税・県民税(課税・所得)証明書)

※健診・検診については市ホームページ(「仙北市 健診ガイド」)にも掲載しています。右の二次元コード読み込みで案内のページをご覧ください。



問合せ/仙北市保健課 ☎43-2252

胃がん検診・大腸がん検診の集団検診のお知らせ

場所	期日	地区名
生保内市民体育館	7月8日(月)	生保内地区全域
	7月9日(火)	
田沢交流センター	7月10日(水)	田沢地区全域
神代市民体育館	7月11日(木)	神代地区全域
	7月12日(金)	
健康管理センター(角館庁舎隣り)	7月16日(火)	角館地区
	7月17日(水)	
西木コミュニティセンター(クリオン隣り)	7月18日(木)	小勝田、中川、雲然、下延地区
	7月19日(金)	
吉田体育館	7月22日(月)	西明寺地区全域
	7月23日(火)	

- ▶受付時間/6時~8時
- ▶持ち物/受診券、健康保険証、検診料金がかる方は検診料金
- ※大腸がん検診を受診される方は2日分の便を採便容器に採り、持参してください。
- ▶その他/大腸がん検診のみを受ける方は、待ち時間の少ない大腸がん単独検診(11月)での受診をおすすめします。



市立角館総合病院からのお知らせ

肺がん等検診(CT検査)の予約枠が定員となり、今年度の予約は締め切らせていただきました。

肺がん等検診は集団健診でも行っております。(※集団健診の場合は、胸部エックス線検査です)集団健診での受診をお願いいたします。