

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）もお聴きします。

今、私たちが取り組んでいるのは、集まった人たちでお互いの「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、皆さんのお越しを心からお待ちしております！

●開催日／12月10日(水)、24日(水)
●時間／10時～15時
●場所／健康増進センター（田沢湖病

楽しく一緒に過ごしてみませんか？
傾聴ボランティア・集いの場
かだれ！

病気や健康、家族問題、からだや心の悩み、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。

●相談日／12月1日(月)、12日(金)午前のみ、22日(月)
●時間／【午前】①10時～②11時～
【午後】③13時30分～④14時30分～
●場所／角館庁舎
●相談方法／1回 50分 面談または電話（要予約・相談無料）
●保健課 ☎43-2252

公認心理師・臨床心理士があなたの相談を親身にお聴きします！
こころの相談 ※秘密厳守

保健のお知らせ

【笑いヨガ、心も体も健康に！】
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言われています。皆さまぜひご参加ください。

●日時／12月26日(金) 受付：9時40分～10時 終了予定：11時30分
●場所／健康管理センター（角館）
●内容／笑いヨガ
※事前申し込みは不要です。
●保健課 ☎43-2252

笑いヨガ
心も体も健康に！

傾聴ボランティア「えくぼの会」
だれかに話をするとうれしくなる。心になること、心配なこと、楽しみ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、会員が悩みなどをとお話しして、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。

●開催日／12月17日(水)
●時間／10時～14時
●場所／角館交流センター
●参加費／無料
●保健課 ☎43-2252

気になること、心配なこと、楽しみ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、会員が悩みなどをとお話しして、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。

●開催日／12月17日(水)
●時間／10時～14時
●場所／角館交流センター
●参加費／無料
●保健課 ☎43-2252

院併設 調理室・栄養相談室
●参加費／1000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）
●小松 ☎090-29753450

「若者の居場所」とは、心の重荷をおろす場所です。
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。ひとりで抱え込まず、まずは足を運んでください。お待ちしております。

●開催日／12月16日(火)（予約不要）
●時間／14時～16時
●場所／角館交流センター（和室）
●参加料／無料
●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）
●大屋みはる ☎018-8534367

若者の居場所
若者同士で交流しましょう

傾聴ボランティア「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。

●開催日／12月3日(水)（予約不要）
●時間／13時～15時30分
●場所／健康増進センター（田沢湖病院併設 交流プラザ）
●参加費／1000円
●内容／血圧測定、健康講話（保健師）、脳トレなど
●保健課 ☎43-2252

傾聴ボランティア「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。

●開催日／12月3日(水)（予約不要）
●時間／13時～15時30分
●場所／健康増進センター（田沢湖病院併設 交流プラザ）
●参加費／1000円
●内容／血圧測定、健康講話（保健師）、脳トレなど
●保健課 ☎43-2252

令和7年9月現在の市の高齢化率（65歳以上人口の割合）は、45.93%です。その4人に1人が、認知症または軽度認知症障害です。認知症は、脳の疾患により認知機能が低下し日常生活に不具合が生じる状態で、誰にでも起こりうるものです。

そこで、市では☆認知症になっても安心して過ごせる地域づくり☆を目指して「認知症サポーターステップアップ講座」を開催します。この講座は、認知症サポーターの方を対象に、認知症に関する知識・理解をさらに深め、地域で認知症サポーターとしての具体的な活動につなげる講座です。

●日時／12月8日(月) 13時30分～15時
●場所／角館庁舎2階 201・202会議室
●対象者／認知症サポーター養成講座を受講したことのある方
●テーマ／「認知症の方との対話と具体的な接し方」
●講師／介護相談室 笑みゆ 管理者 大久保 幸子氏
●申込方法／電話かチラシ裏をFAXしてください。
●申込み・問合せ／包括支援センター ☎43-2283

認知症サポーターステップアップ講座
認知症サポーター養成講座を受講したことのある方

認知症サポーターステップアップ講座
認知症サポーター養成講座を受講したことのある方

認知症サポーターステップアップ講座
認知症サポーター養成講座を受講したことのある方



『認知症サポーターステップアップ講座』のご案内

学校適正配置計画（案）について

小・中学校の統廃合を盛り込む本計画は、これまで保護者をはじめ市民の皆さまの意見を聴きながら策定を進めてきました。今後、中学校統合の組合せを調整し、今年度内の策定を目指します。

計画（案）

	小学校	中学校
組合せ	3校統合 角館 生保内 神代 西明寺 松木内	3校統合 角館 生保内 神代 西明寺 松木内 または 4校統合 角館 生保内 神代 西明寺 松木内
統合時期	令和10年度	令和11年度
統合校舎	西明寺小（改修）	神代小（改修）

今後の調整

生保内・神代・西明寺・松木内学区で市民意見交換会を開催しました

10月8日から15日にかけて各学区で開催し、合計51人の参加がありました。「中学校は生保内・神代・西明寺・松木内の4校で、令和11年度に統合」する計画（案）を提示し意見交換しました。

- 神代・西明寺・松木内学区……より多人数となることでさまざまな教育効果を期待する意見や、統合校舎整備後の令和11年度に統合することで無理なく準備でき、落ち着いた学校生活がスタートできるなど、計画案に賛同する意見が多くありました。
- 生保内学区……多人数となることに期待する一方で、通学面の心配や中学校が無くなることで地域の衰退を心配する声もあり、もっと議論を深めるべきとする意見が多くありました。

学校適正配置検討委員会を開催しました

11月7日、今年度2回目の委員会を開催しました。上に記載の市民意見交換会などをふまえ、中学校統合の組合せについては、特に生保内学区でより丁寧な説明を行ったうえで保護者の考えをアンケートなどで聴いて慎重に判断すべきとの意見が出されました。

計画（案）に関する市民意見交換会にご参加ください

日時	12月10日(水)	12月15日(月)	12月17日(水)	12月18日(木)	12月23日(火)
	18時30分～（1時間30分程度）				
学区・会場	西明寺 西木総合開発センター	神代 就業改善センター	角館 角館交流センター 第1研修室	松木内 松木内公民館	生保内 田沢湖総合開発センター
対象	仙北市民 ※お子さまの託児が必要な場合は、あらかじめ問合せ先までご相談ください。 ※居住地以外の会場にも参加できます。				
内容	学校適正配置計画（案）について ～子どもたちに望ましい学校教育環境を～				

学校適正配置に関する取り組み状況は、市ホームページでご覧いただけます（学校適正配置計画（素案）、これまでの学校適正配置検討委員会の会議記録、意見交換会の開催結果、アンケート結果など）。



教育委員会
学校適正配置準備室
☎43-3381



オレンジカフェ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、認知症の方やその家族、地域の方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、気軽にご参加ください。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。

12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
包和花カフェ	包括支援センター	ワンダーモール(休憩スペース) 角館町上菅沢442-1	43-2283	12月15日(月)10時～12時	無料
下延オレンジカフェの会	藤原律子	下延コミュニティセンター ※「あたまとからだの若返り教室」同時開催	55-5449	12月16日(火)14時～16時	100円
オレンジカフェひまわり	長澤早恵	白岩コミュニティセンター	42-8671	12月17日(水)14時～16時	100円
土曜日のさわやかカフェ	友永千春	さわやか桜館1階ホール 角館町西長野中泊126-2	52-0003	12月27日(土)14時～16時	100円
オレンジカフェひまわり	長澤早恵	グループホームはなみづき3号館 地域交流室 角館町白岩新西野202-2	42-8671	12月27日(土)14時～16時	100円

●問合せ／包括支援センター ☎ 43 - 2283



むし歯のなかった子どもたち

3歳6か月児歯科健診(令和7年6月～10月実施)

この期間でむし歯のない子どもは30人中21人(70.0%)でした

青木 千駿さん
青山 時士さん
荒川 天さん
大石 琴巴さん
大石 結凜さん
大石 柚那さん
大澤 母依さん
大山 せなさん
加藤 楓花さん

熊谷 空虹さん
小林 なほさん
佐藤 惟吹さん
高橋 蒼葉さん
高橋 蒼さん
高橋 和颯さん
辻 望蒼さん
照島 勇我さん
傳農 孝己さん

戸澤 牙久さん
半田 衣珠さん
藤原 朱里さん



※了承をいただいたお子さんのみ掲載しています

【健康な歯を守るためには家族で正しい歯みがき習慣を！】

《3～6歳頃のむし歯予防のポイント》

- ①自分でみがく練習と夜寝る前の仕上げみがきの習慣をつけましょう。寝ている間は口が乾燥し、むし歯菌が繁殖しやすい時間です。
- ②乳歯が抜けたり、永久歯が生え始めたりして段差ができます。歯ブラシを縦にして上下に細かく動かしてみがきましょう。
- ③定期的な歯科医院でのプロフェッショナルケアとフッ化物塗布で歯を強化しましょう。

※仕上げみがきの時にお子さんの口の中をよく見て、むし歯ができてしまったら早めに治療しましょう。

問い合わせ 仙北市こども家庭センター ☎43-3305

にしき園だより
—第48号—



にしき園では9月18日に「敬老を祝う会」を催し、ボランティアの方にもお越しいただき、歌や踊りが披露され、利用者の皆さまと一緒に歌い楽しんでいただきました。

また、11月9日には「にしき園運動会」と題して入所者の皆さまが紅組と白組に分かれ玉入れや風船パレーボールなど利用者皆さまの良い交流の場にもなったと思われます。

近年はコロナ禍によりイベントなどの自粛が相次ぎましたが、にしき園では感染防止対策に留意したうえで利用者の皆さまに楽しんでいただける季節に応じたイベントを企画・運営していて、今後もイベントなどを通じて利用者の皆さまが他の利用者の方やしき園スタッフと交流する場を設け、安心してにしき園をご利用いただける体制の整備に努めてまいります。

問合せ／にしき園 ☎ 47 - 3211

にしき園は、高齢や病気で
身体機能の衰えた方に日常
的な医療やリハビリなどを
行い、生活機能の維持向上・
在宅復帰をめざす施設です

	平均 利用者数	平均 介護度
9月	91.6人	2.66
10月	92.5人	2.68

～歯周病検診について～
＜受診期限は12月末です＞

対象となる20・30・40・50・60・70歳の方には5月に歯周病検診受診券を送付しています。

まだ受けていない方は、早めの受診をおすすめします。

●持ち物／歯周病検診受診券、マイナ保険証・資格確認書など資格確認ができるもの

●料金／1000円

次の方は健(検)診が無料で受けられます

- ▶仙北市国保加入者
- ▶生活保護世帯
- ▶市県民税非課税世帯(証明書の持参が必要です)
- ▶70歳の方

※医療機関に予約の上、受診してください。対象となる医療機関は受診券の裏面に記載されています。

※受診券がお手元にはない方は、再発行しますので保健課(☎43-2252)までご連絡ください。

歯周病の原因や
予防、治療に
ついてはこちら→



●問合せ／保健課 ☎ 43-2252