

## 通いの場体操くらぶ 参加グループ大募集!

先着  
5組

町では、高齢になっても生きがいや役割をもって楽しみのある暮らしを送ることができるように「通いの場体操くらぶ」の参加グループを募集します。

このくらぶは、住民の方が主体となって地区の公民館などに気軽に集まり、介護予防に効果的な「シルバーリハビリ体操」で体を動かしながら、楽しく活動します。

●参加要件 ①週1回以上自主的に開催する②最低3カ月間継続する③おおむね65歳以上の方が、5人以上参加する④毎回、シルバーリハビリ体操を行う

●町の応援内容 ①リハビリ専門職や保健師・看護師などによる支援(初回から4回程度)②開始時と3カ月後、6カ月後、1年後の体力測定③継続開催相談や介護予防の学習支援

●申し込み 8月16日(水)から8月31日(木)までの間に、健康長寿課(さわやかハウス内)窓口に設置してある申請書を提出してください。

●問い合わせ 役場健康長寿課長寿支援係(☎611-2828)

## 認知症あれこれ相談

【場所】さわやかハウス  
矢巾町地域包括支援センターさわやかハウス相談室 ☎697-5570  
夜間080-5740-0648

平日	月～金 9:00～17:00
夜間(電話のみ)	8/25(金) 19:00～21:00
まちなか物忘れ相談室(ショッピングセンターアルコ)	8月はお休みします。
「おれんじカフェ」(やはぱーく)	8/12(土) 10:00～12:00



## 夜間 小児救急入院受入病院

◎受付時間:午後5時～翌日午前9時

病院	岩手県立中央病院 上田☎653-1151	岩手医科大学附属病院 内丸☎651-5111	盛岡赤十字病院 三本柳☎637-3111	川久保病院 津志田☎635-1305	もりおかこども病院 上田字松屋敷☎662-5656
8月担当	3, 5, 9, 10, 13, 16, 18, 19, 21, 22, 25, 27, 29	2, 4, 7, 11, 12, 14, 17, 20, 23, 26, 28, 30, 31	6, 24	1, 8, 15	5, 12, 19, 26 ※土曜の午後1時(祝日の土曜は午前9時)～午後5時の受付

## 今月の休日当番医

◎診療時間9:00～17:00(紫波・矢巾の医療機関を受診する際は、事前に電話連絡をお願いします)

日	紫波・矢巾	盛岡南〈内科〉	盛岡〈外科・整形外科〉	盛岡〈小児科〉	歯科
6日 ㊤	齊藤医院 間野々☎697-2150	船山内科クリニック 下ノ橋☎606-0812	たぐち脳神経外科クリニック 本町通☎621-1234	西島こどもクリニック 上田☎651-1369	※歯科休日救急当番医の診療時間は午前9時から正午まで
11日 金	堀江医院 西徳田☎681-8868	小坂内科消化器科クリニック 永井☎605-6050	プレスト齊藤外科クリニック 本宮☎631-3770	中村こどもクリニック 上厨川字杉原☎648-7711	
13日 ㊤	足澤整形形成外科 日詰☎676-2500	川久保病院 津志田☎635-1305	わたなべしおりのクリニック 本宮☎658-1003	川久保病院 津志田☎635-1305	佐藤歯科医院 高田☎697-7250
20日 ㊤	高宮消化器科内科医院 西徳田☎697-7030	おおどり鎌田内科クリニック 大通☎606-5161	かとう整形外科クリニック 中央通☎622-2555	寺井小児科医院 山王町☎623-8249	
27日 ㊤	渡辺内科医院 日詰☎672-3667	むらまつクリニック 東仙北☎635-5110	しんたろうクリニック 本宮☎631-3110	社のこどもクリニック 向中野☎631-1160	矢巾歯科診療所 又兵衛新田☎697-7220

◆夜間急患診療所(午後7時～午後11時)盛岡市神明町 ☎654-1080 ◆高度救命救急センター 盛岡市内丸 ☎651-5111  
(お願い) かせなどの軽い症状の場合、午後7時から午後11時までは夜間急患診療所をご利用ください。  
※土曜日は、病院により診療の有無や時間が異なりますので、直接各病院にお問い合わせください。



ふじわら きさちゃん



みやた かなちゃん



あさぬま ののちゃん



みうら りいなちゃん



ささき ひなちゃん

北高田保育園(3歳児)

みんななかよしお友達

- 福祉・子ども課  
(福祉係☎611-2571 子ども支援係☎611-2575)
- 子育て支援センター(☎697-1567)
- 健康長寿課  
(長寿支援係☎611-2821 健康づくり係☎611-2822)
- 地域包括支援センター(☎611-2855)

## 介護サービス利用料の負担上限額が変わります!

介護サービスを利用する場合に、月々負担している費用の上限額が、8月利用分から次のとおりになります。負担の上限を超えたときは、超えた分の費用が後日、払い戻されます。

対象者	上限額	対象者	上限額
現役並み所得相当の人がいる世帯	44,000円(世帯)	住民税を課税されている人がいる世帯	44,400円
一般世帯(世帯のどなたかが住民税を課税されている方)	37,200円(世帯)		
世帯全員が住民税非課税世帯	24,600円(世帯) 15,000円(個人)	※ただし、次の両方に該当する場合、3年間は年間 の上限額が446,400円(37,200円×12ヶ月) が適用されます。 ①同じ世帯の全ての65歳以上の方の利用者負担割合が1割の方 ②世帯が現役並み所得者世帯に該当しない方	変更なし
・前年の合計所得金額と公的年金収入額の合計が年間80万円以下			
・高齢福祉年金を受給している人			
生活保護受給者など	15,000円(個人)		

●福祉用具の購入費や住宅改修費、食費、居住費などは対象になりません。●申請は初回のみで、2回目以降は申請不要です。【問い合わせ】役場健康長寿課長寿支援係(☎611-2832)

### 子育て親子交流(8月)

子育て支援センター

さわやかハウス内☎611-2831 子育ての悩みやしつけ、養育などの相談は月～金曜日の午前9時～午後3時です。

#### プレママ&ぽかぽか広場

【対象】2カ月～12カ月の乳児家庭  
【開催日】7、28日いずれも月曜日  
【時間】10:00～11:00  
【場所】子育て支援センター

#### 赤ちゃん講習会

「ふれあい遊び」  
【対象】2カ月～12カ月の乳児家庭  
【開催日】23日(水)  
【時間】10:00～11:00  
【場所】子育て支援センター

#### なかよしデー

【対象】2カ月～就園前の乳幼児家庭  
【開催日】毎週火・水・木曜日  
【時間】10:00～15:00  
【場所】子育て支援センター

### 子育て開放ルーム

親子が自由に集える開放ルームです。(参加費無料・予約不要)  
※講習会終了後は、時間まで自由に過ごすことができます。

#### うさちゃんのへや

【利用日】火・木・金曜日  
【時間】10:00～15:00  
【場所】農村環境改善センター(不動児童館隣)  
☆講習会8月4日(金)10:00～11:00  
「不動児童館のお兄さんお姉さんと遊ぼう」

#### さくらんぼ広場

【利用日】月・木・土曜日  
【時間】9:00～12:00  
【場所】矢巾東児童館  
☆講習会8月21日(月)10:00～11:00  
「歯みがき講習会」



ささきなおくん



さとうはるくん



よしだりのちゃん



おいかわだいさくん



ほうじょうりのちゃん