

国民健康保険医療費通知書について

☎ 税務町民課 ☎ 62-2112

国民健康保険に加入されている方の世帯主様宛に2か月に一度お届けしている、「国民健康保険医療費通知書」が、3か月に一度のお届けに変更となります。

また、マイナンバーカードをお持ちの方で、保険証として利用登録されている方は、マイナポータルから医療費通知情報を閲覧することが可能ですので、ぜひご利用ください。

- 発送年間スケジュール
1～3月診療分…6月中旬
4～6月診療分…9月中旬
7～9月診療分…12月中旬
10～12月診療分…3月中旬



「しあわせ金婚夫婦表彰」について

☎ 町老人クラブ連合会事務局
(町社会福祉協議会内) ☎ 62-6428

県老人クラブ連合会及び福島民報社では、金婚50年を迎えられたご夫婦の表彰を毎年実施しています。該当されるご夫婦には、「おしどり金メダル」を贈り、お祝いします。

表彰を受けるには申し込みが必要ですので、該当される方は下記のとおりお申し込みください。

- 対象者
昭和49年に結婚、もしくはそれ以前に結婚し、今まで申請していない夫婦
- 申込期限 7月4日(木)まで
- 申込方法
各地区老人クラブまたは町老人クラブ連合会事務局へ所定の用紙に記載して申し込み

「男の料理教室」開催

☎ 花みずき会 会長 稲田 ☎ 62-3702

今回は食べるラー油を作ります。町内在住または町内に勤務されている65歳以上の男性の参加をお待ちしています。

- 日時 5月19日(日)9時～
- 場所 勤労青少年ホーム2F調理室
- 会費 申し込みした方に追ってお知らせします。
- 持参物 エプロン、バンダナまたは三角巾、タッパー

「おはよう歩こう会」参加者募集！

☎ 歩こう会・最上 ☎ 090-3752-4266

「おはよう歩こう会」では、毎月1回、町内外の景観の良いところでウォーキングしています。

今月は、**5月19日(日)に須賀川市の釈迦堂川河川敷を散策します。参加を希望される方は、朝6時に町役場にお集まりください(雨天決行)。**※参加費無料。

就学援助費申請について

☎ 教育委員会 ☎ 62-3459

町では、お子さんを小・中学校に就学させるにあたり、経済的な理由でお困りの保護者に対して学校でかかる費用の一部を補助する就学援助を実施しています。就学援助を受けることができるのは、以下の①～⑥のいずれかに該当する方です。

- ①生活保護法に規定する保護を受けている方、またはそれに準ずる程度に生活が困窮していると認められる方
 - ②児童扶養手当を受けている方
 - ③国民年金の保険料が全額免除となっている方
 - ④災害その他特別な事情により、町税が減免または猶予された方
 - ⑤災害、その他特別な理由で経済的にお困りの方
 - ⑥生活福祉基金による貸し付けを受けている方
- ※住宅・自動車・生活ローン等の債務の返済については対象になりません。
※就学援助費の支給を受けるためには、申請が必要です。
詳細は、各学校から配布される「お知らせ」及び町ホームページをご覧ください。



栄養教室のご案内

☎ 健康環境課 ☎ 62-2115

食生活のポイントや調理のコツについて学び、ご自分やご家族の健康づくりに役立ててみませんか？

- 実施内容
テーマに合わせた食生活のお話と旬の食材を使った減塩ヘルシーメニューの調理実習を行います。
 - 開催日 6月21日(金)、7月12日(金)、10月25日(金)、11月22日(金)、12月13日(金)
 - 開催場所 町健康福祉センター調理実習室・会議室
 - 対象者 鏡石町在住で65歳以上の方
 - 定員 各20名程度
 - 持ち物 筆記用具、エプロン、三角巾
 - 調理実習費 1回450円
- ※調理実習の食材発注がありますので、お申し込みは各日程の1週間前までにお願いします。

町シルバー人材センター会員募集

☎ 町シルバー人材センター ☎ 62-7171

町シルバー人材センターでは、下記の職種について会員を募集しています。詳しくはお問い合わせください。

- 職種 公共施設の宿直業務
- 就業時間 17時～8時30分
- 就業日程 週2～3日程度



献血にご協力ください

☎ 福祉こども課 ☎ 62-2210

県内では、輸血に必要な血液が慢性的に不足しており、献血によって、できるだけ多くの血液を確保する必要があります。

町では、次のとおり献血を行いますので、町民の皆様のご協力をお願いします。

- 日時 6月4日(火)9時30分～11時30分
- 場所 健康福祉センター(ほがらかん)
- 献血できる方 下記の採血基準表のとおりです。
当日の問診の内容によっては、献血をご遠慮いただく場合があります。
また、高血圧・花粉症等で服薬している場合でも当日の体調と、医師の診察により献血ができる場合もありますので、お問い合わせください。

種類	全血献血	
	400ml	200ml
年齢	男性 17歳～69歳※ 女性 18歳～69歳※	16歳～69歳
体重	男女ともに50kg以上	男性 45kg以上 女性 40kg以上
間隔	前回献血時より、 男性は12週間後 女性は16週間後の 同じ曜日	前回献血時より、 男女とも4週間後の 同じ曜日

- ※65歳以上の方の献血は、60歳～64歳の間に献血経験がある方に限ります。
- ※複数の献血者の血液をあわせて1人の患者さんに輸血すると、副作用の可能性が高くなることから、400ml献血へのご協力をお願いいたします。
- ※本人確認のため、身分証明書(運転免許証、保険証等)の提示をお願いすることがあります。
- ※今年度、県内の血液量が不足しておりますので積極的なご協力をお願いいたします。

健幸食生活応援事業のお知らせ

☎ 健康環境課 ☎ 62-2115 担当：大槻

町内にお住まいの65歳以上の方の健康保持増進のため、管理栄養士等がご自宅を訪問し、より良い食生活が送れるよう栄養相談や情報提供等させていただきます。

広 告

在宅療養支援診療所 **よしだ総合診療・在宅ケアクリニック**
鏡石町不時沼217-1 (JA あいりすホール向かい)

院長 **吉田 孝司** (45歳・成田出身) ☎ **0248-62-2508**

夜10時まで診療☆年中無休☆日・祝日も診療！！
24時間365日対応、往診・訪問診療もできます！
内科 / 心療内科 / 外科 / 小児科 / 皮膚科

	診療時間	月～金	土日	祝日
午前	9:00～12:00	○	○	○
午後	14:00～18:00	○	○	○
夜間	19:00～22:00	○	○	○

◎完全予約制です。気軽にお電話ください。
◎当院はジェネリック医薬品を推奨しております。

くらしの情報

- i n f o r m a t i o n -

町内一斉環境美化活動のお知らせ

☎ 健康環境課 ☎ 62-2115

町と町保健委員会では、美しいまちづくり推進事業の一環として、第2回町内一斉環境美化活動を実施します。快適な生活環境づくり・町内の環境美化のため、町民の皆様のご協力をお願いします。

- 日時 6月2日(日)6時～7時 ※小雨決行
- 実施内容
町民総参加で、各行政区単位により道路、公園、遊園地等及び各家庭周辺の一斉清掃を行います。
当日出たごみは、各地区において、可燃物、不燃物、資源物に分別し、一時的に集会所等へ保管して、指定されたごみの収集日に出すようご協力をお願いします。
なお、粗大ごみ等の回収は行いません。



ふとんのクリーニングを行います

☎ 福祉こども課 ☎ 62-2210

- 町では、在宅高齢者福祉対策事業の一環として、寝たきり・一人暮らしの高齢者の方などを対象に、日常生活の向上を目的として布団のクリーニング事業(寝具の乾燥・消毒)を行っています。
料金は無料です。なお、クリーニングできるふとんは2枚までで、ふとんの種類は次のとおりです。
①掛け布団、敷き布団 ②毛布(一重・二重)
③丹前 ④羊毛布団(掛・敷) ⑤羽毛布団(掛・敷)
⑥こたつ布団(掛・敷)

- 対象者
町内在住の寝たきりの高齢者及び一人暮らしの高齢者(原則として自立した一人暮らしの方は除く)
- 申込期限 6月14日(金)
- 寝具回収日 6月28日(金)
- 申込先 各地区の民生委員

広 告

令和3年7月オープン！利用者&訪問看護師、募集中！
うつくしま訪問看護ステーションかがみいし

「訪問看護ステーションほのぼの」
管理者 **久保木 亜梨沙** ☎ **080-5845-3844**

◎医療保険または介護保険を利用して、看護師による様々な在宅ケアが受けられます。(健康観察・リハビリ・点滴・口腔ケア・ネイルケアなど)
◎ご用命の方は、主治医またはケアマネジャー、鏡石町地域包括支援センター「あんしんかん」にご相談ください！
【経営母体】鏡石町不時沼217-1
一般社団法人健康情報総合評価機構 理事長 吉田孝司