

「公衆トイレ」の今後の対応に伴う住民説明会を開催します

現在、使用を休止している公衆トイレのうち、土崎地区公衆トイレと馬町公衆トイレの今後の対応について、次のとおり住民説明会を開催します。

なお、対応案は右表のとおりですが、説明会で町民の皆さんにこれまでの経緯をご説明しますので、ご参加ください。

地区	名称	今後の対応案
千畑地区	土崎地区公衆トイレ	北運動公園野球場との付帯施設とし、グラウンド利用時に使用可能とする
六郷地区	馬町公衆トイレ	解体

【千畑地区】日時◆8月9日(土) 午前10時～

会場◆美郷町北ふれあい館

【六郷地区】日時◆8月9日(土) 午後1時～

会場◆美郷町中央ふれあい館

問 町商工観光交流課 商工観光交流班 ☎0187(84)4909

教育推進課

「就学や教育に関する相談会」を開催します

お子さんの発達や行動などに関して、心配していることはありませんか。
相談会を次のとおり開催しますので、お気軽に下記へお申し込みください。

日時◆9月10日(水) 午前10時～午後3時

会場◆美郷町北ふれあい館

申込期限◆8月27日(水)

その他◆・お子さんの来場はご遠慮ください。
・相談時間は30分程度です。



申・問 町教育委員会 教育推進課 ☎0187(84)4914

農政課

美郷町堆肥センター見学会を開催します

町で生産する堆肥「美郷の大地」ができるまでの見学会を開催します。ぜひご参加ください。

日時◆8月21日(木)午前10時～正午
※応募多数の場合は8月22日(金)も
見学日として調整します

会場◆美郷町堆肥センター(千屋字相長根)

服装◆長靴

申込方法◆下記へ電話でお申し込みください

申込期限◆8月15日(金)



申・問 町農政課 農業振興班 ☎0187(84)4908

農業委員会

農地パトロール(利用状況調査)を実施します

町農業委員会では、「農地適正利用の確認」「遊休農地の実態把握と発生防止・解消」「違反転用発生防止・早期発見」等を目的として、町内全域で農地パトロール(利用状況調査)を実施します。

調査期間◆8月中旬～9月下旬

調査方法◆各地区の農業委員が農地を巡回します。調査の際、農地の所有者や耕作者の方へ農地の利用状況などをお聞きする場合があります。ご理解とご協力をお願いします。

自分で耕作ができない等の理由により、農地の貸付等を希望される方は、地域の農業委員か農業委員会事務局までご相談ください。

問 町農業委員会事務局 ☎0187(84)4913

国民健康保険からのお知らせ

マイナ保険証での受診を基本とした運用にともない、町では国民健康保険の更新日を8月1日に変更しています。7月下旬までに「資格情報のお知らせ」または「資格確認書」を送付していますのでご確認ください。

なお、70歳以上の方へ高齢受給者証の発行はありません。マイナ保険証で窓口負担割合の確認ができ、また資格確認書に窓口負担割合が記載されています。

問 町福祉保健課 医療保険班 ☎0187(84)4907

金婚を迎えるご夫婦へ

めでたく金婚を迎えられるご夫婦を対象に、お祝いの品を贈呈します。**昭和50年中に婚姻届を提出したご夫婦**が対象となります。希望するご夫婦は、下記の窓口または六郷・仙南出張所に備え付けの申込書に記入のうえ、**入籍日のわかる書類(戸籍謄本等)**を添えてお申し込みください。

対象者◆昭和50年1月1日～12月31日までに婚姻届を提出したご夫婦

■8月1日以降の受診方法

【マイナ保険証がある方】

・マイナンバーカードで受診してください。何らかの事情で資格確認を行えなかった場合は、マイナ保険証と一緒に「資格情報のお知らせ」を提示してください。

【マイナ保険証がない(カードを取得していない、取得しているが保険証利用登録していない)方】

・「資格確認書」で受診してください。医療機関へ提示することで、これまでどおり受診できます。

申込期限◆9月30日(火)

贈呈日時◆11月14日(金) ※ご自宅へ贈呈に伺います。

注意事項◆・対象のご夫婦への個別通知はしていません。
・電話でのお申込みは受付していません。申込書などの提出が必要です。
・贈呈当日のお時間などの調整は後日、担当者より連絡します。

知っ得!あんしん!!「認知症予防」③⑨

運動をすると全身の細胞に酸素が行き渡り、脳の血流が良くなります。運動を習慣化することで脳の血流量が増え、脳が活性化するため、認知症の予防に効果的です。

運動不足は認知症の発症リスクを高めるだけでなく、高血圧や糖尿病、肥満の原因にもなります。健康を維持するためには、適度な有酸素運動や筋力トレーニングに取り組むことが大切です。

■認知症予防に効果的なトレーニング

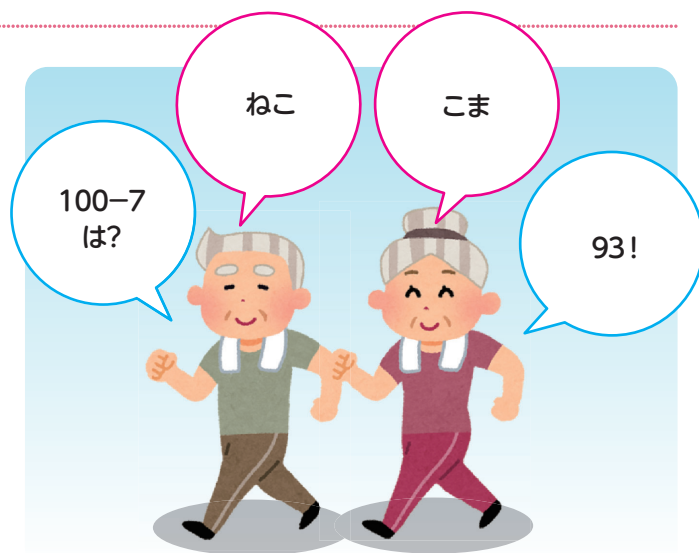
- ・有酸素運動：認知症を引き起こすリスクのある生活習慣病の予防
例：ウォーキング、エアロビクス など
- ・無酸素運動：認知症の発症、進行するリスクのある転倒の予防
例：スクワット、腕立て伏せ など

■新しい運動法「コグニサイズ」

計算やしりとりなどをしながら運動を行う新しい運動法です。今回はウォーキングをしながら計算やしりとりを行う「コグニウオーク」について紹介します。

～ポイント～

- ①いつもより大股で、少し早めのスピードで歩く
- ②考えることに集中しすぎて立ち止まらないように
一人でもできますが、ペアで行った方がより楽しくトレーニングできます。熱中症に気を付けながら、コグニウオークに挑戦してみましょう。



オレンジカフェを毎月開催しています

オレンジカフェとは、医療や介護の専門職と出会える場で、認知症の方やご家族、地域の方など、どなたでも気軽に集まることができます。

今月のオレンジカフェの紹介

【オレンジカフェせんはた堂開催のお知らせ】

日時◆8月6日(水) 午後1時30分～午後3時
場所◆みさと福祉センター(土崎字上野乙6番地1)
テーマ◆『懐かしの歌をうたおう
～クラリネットの音色と共に～』
講師◆山代 丞さん(クラリネット奏者)

問●千畑在宅介護支援センター ☎0187(85)2294

時間内
出入り
自由

問 町福祉保健課 地域包括支援班(町地域包括支援センター) ☎0187(84)4907