

# 心いきいき相談

にんちしょう

## 認知症は早期発見・早期治療が大切です！

好きだったことへの  
興味がなくなった

ものの名前が  
出てこなくなった

ひどく怒りっ  
ぽくなった



こんなことが気になったら  
早めに相談することが何より大切！

と き：2月19日(火) 午後2時～ ところ：保健福祉センター「なごみ」  
 対象者：相談を希望する本人・家族、親せき等 担当医師：大江病院 坂井 敏夫 医師  
 申し込み：2月12日(火)まで 保健福祉センター「なごみ」在宅支援係(電話)64-0533  
 (FAX)64-0534 にご連絡ください。時間は予約制とさせていただきます。

毎月第1火曜日は保健師などによる  
「介護・ものわずれ相談日」  
気軽にご相談下さい。



(保健福祉課 在宅支援係 電話64-0533 FAX64-0534)

## 一ふれあい支援員養成講座一 人との関わり、信頼関係のつくりかた

信頼関係づくりの基本は「相手と心を通わせる」こと  
 その第一歩は「相手との円滑なコミュニケーション」です。  
 研修会では「コミュニケーションや信頼関係のつくり方」を講義と実践から学  
 びます。

- 日時：平成31年2月27日(水)  
13:30～15:30
- 場所：保健福祉センターなごみ
- 講師：NPO法人  
地域福祉支援センターちいさな手  
清野 祥子 氏



締切 2月18日(月)

お問い合わせ・参加の申し込み

新得町社会福祉協議会 Tel 64-3253 FAX 64-0534

保健福祉課在宅支援係 Tel 64-0533 FAX 64-0534

(所管 保健福祉課在宅支援係)



## 好評開催中！毎週水曜日はなごみでレッスン♪

## 今月のレッスン

## ステップエアロビクス



音楽に合わせて、ステップ台を使いながら体を動かします。  
ウエスト、下半身の引き締めめに効果が期待できます！  
簡単な振り付けを覚えて楽しく脂肪を燃焼しましょう♪

開催日：2月6日/13日/20日/27日

毎週水曜日

開催時間：19:00～19:30 定員：15名



## ボクサーエアロビクス

音楽に合わせて、パンチやキックで全身をシェイプアップ！  
二の腕、ウエスト引き締めめに効果あり！初めての方、  
男性の方にもオススメのプログラムです♪

開催日：2月6日/13日/20日/27日

毎週水曜日

開催時間：19:45～20:15 定員：20名

その他：定員になり次第申込を終了とさせていただきます

お申込み：電話または直接リフレッシュルームにお越しください(64-0533)

## リフレッシュルーム 利用料金

休館日 日曜日のみ

営業時間 10:00～21:00

	1回券	回数券	1ヶ月券	3ヶ月券	半年券	1年券
一般	300円	3,000円	2,000円	4,800円	8,000円	12,000円
高校生/65歳以上 障がいのある方	200円	2,000円	1,200円	3,000円	5,000円	7,400円

(所管 保健福祉課福祉係)

65歳以上の高齢者の  
「障がい者控除」のお知らせ

65歳以上の方で、身体・精神・療育手帳の交付を受けていない場合であっても、要介護認定を受けている場合所得税法（地方税）の障がい者控除に該当する可能性があります。控除を受けるには申請が必要となります。

## ■対象者

- 身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者手帳の交付を受けていない65歳以上の方で手帳交付者と同等程度の障がいがある方。
- 本人または世帯が課税世帯の方。

## ■認定方法

- 調査資料を基に審査判定を行い、障がい者に準ずると認められる場合に「障がい者控除対象者認定書」を交付します。認定書を課税係または税務署に提出して下さい。

## ■お問い合わせ先・申請先

新得町役場保健福祉課福祉係 64-0533  
屈足支所 65-2111

(所管 保健福祉課福祉係)

楽しみながら認知機能低下を予防！

## マージャン教室

と き：2月実施日(第2、3、4木曜日)

『2月14日、21日、28日』

じかん：午後1時～午後4時まで

ところ：保健福祉センター なごみ「テイルーム」

対象者：マージャンに興味のある方

内容：マージャンルール、実践

参加料：1回 100円

申し込み：社会福祉協議会 電話 64-3253

FAX 64-0534

E-mail: abc753@trust.ocn.ne.jp

マージャンは  
『認知症予防』に効果あり！

【参加すると、こんないいことが！】

- 記憶力や計算力がアップ
- 仲間と会話をする
- 牌(はい)を扱う時に指先を使うため介護予防
- 注意、集中力の強化
- 脳機能全般への活性化

(所管 保健福祉課福祉係)



**見守り  
新鮮情報**

大雪が降り、近所の家で除雪作業をしていた業者に、屋根の雪下ろしと除雪を依頼した。雪の重みで窓ガラスも割れ、急を要しており料金も聞かなかった。初日は半日、翌日は1時間ほど二人で作業をし、2日で15万円も請求された。高額で驚いた。(70歳代 女性)



**除雪サービス  
料金や作業内容を  
事前に確認しましょう**

依頼する際は、実際に現場を見てもらった上で見積もりを取り、具体的な作業内容、料金体系、重機の使用等についてよく確認しましょう。

新得町消費者被害防止ネットワーク  
(町民課住民活動係 64-0528)

しんとく☆健康ポイントラリー対象事業



移動採血車

**ひまわり号**



**がやってきました!**

**愛の献血にご協力ください!**

▼とき **2月12日(火)**  
▼ところ

子どもセンターなごみ前 午前10時 ~ 午前11時  
(独)北海道立総合研究機構 午前11時30分 ~ 午後0時30分  
畜産試験場前  
町公民館前 午後2時00分 ~ 午後4時00分

新得町献血推進協議会

(保健福祉課健康推進係 64-0533)

**生活・仕事相談会を開催します**

「生活に困っている」、「病気で働けない」など、生活や仕事に関する相談会を開催します。もし、誰にも相談できずに困っている事があれば一緒に考えましょう。

○日時 2月28日(木)  
①15:00~15:50 ②16:00~16:50

○場所 新得町保健福祉センターなごみ  
(新得町3条南3丁目5番地)

※相談については無料となります。  
※開催前日までに電話またはメールでお申し込みください。

日程のご都合がつかない方は、  
とち生活あんしんセンター  
でも相談ができます。

まずはご連絡ください。



**【申し込み・問い合わせ】**

自立相談支援事業所 とち生活あんしんセンター  
住所：帯広市東4条南18丁目13番地1)  
電話番号：0155-66-7112  
メール：anshin@tokachi18.hokkaido.jp

(所管 保健福祉課福祉係)

**= 弁護士 =**

**「おなやみごと無料相談in十勝」**

帯広弁護士協会による弁護士不在地域における無料法律相談を下記のとおり実施します。  
相談を希望される方は、事前に電話予約にてお申し込みください。

なお、一人30分程度の予定ですので、申し込み人数に限りがあること、また、ケースによりご相談に応じられない場合があることをあらかじめご承知ください。

●実施日時

**2月26日(火)**

午後1時から午後4時まで

●場所

町公民館 料理実習室 (1階)

●予約受付先

町民課窓口係 64-0528



# 申請締切今月末!!

## 冬の生活費を支援します

～灯油購入助成券又は町商工会商品券を町民税非課税世帯に助成します～

### 対象世帯

(対象者の年齢制限はありません。)



町民税非課税世帯（世帯全員が町民税非課税の世帯）・生活保護世帯

注1 町税の未納がある世帯等一部の世帯で助成を受けることが出来ない場合があります。

注2 施設等に入所している場合は対象となりません。

注3 ひとつの家屋に2世帯以上が同居している場合は1世帯と見なします。

ただし、生計が別なことが明らかな場合には別世帯とします。

注4 平成30年中に転入された方は、平成29年中の所得が確認できる書類を提出していただく場合があります。詳しくはご相談下さい。



### ※注意

町民税とは、前年中の収入に課税される税で、国民健康保険税・介護保険料・固定資産税・軽自動車税等とは別のものです。

国民健康保険税等が課税されている場合でも対象者になる場合があります。

### 助成の金額

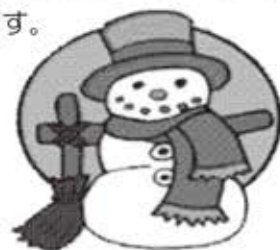
1世帯 10,000円 (灯油購入助成券又は町商工会商品券を後日交付します)

※灯油購入助成券は、町内の指定事業所でのみ利用可能です。

### 受付窓口

保健福祉センターなごみ、又は役場屈足支所

※申請書はなごみ、屈足支所、役場窓口にあります。



### 申請受付期限

**2月28日(木)まで**

※お早めの申請をお願いします。

### 助成券有効期限

**3月31日(日)まで**

※灯油購入助成券は3月30日(土)まで

### お問い合わせ先

保健福祉課福祉係 電話64-0533



## サイバー空間は恐ろしい！ 電子機器にウイルス対策ソフト をインストール！

不正プログラムの蔓延、不正アクセス事案等、サイバー犯罪の危険性が社会全体で高くなっています。サイバー犯罪の被害に遭わないための対策として

- 1 パソコンやスマートフォンにウイルス対策ソフトをインストールする
- 2 パソコンの基本ソフトやウイルス対策ソフトは常に最新の状態にする
- 3 IDやパスワードは自ら管理する
- 4 身に覚えのないメールの添付ファイルやURLは開かない

などを行いましょう。



## 迷惑駐車、除雪の妨げ ですよ！

違法迷惑駐車は、次のような危険や障害の原因になります。

- (1) 道路が狭くなり車両の通行妨害になる
  - (2) 交差点付近での事故の原因となる
  - (3) 緊急車両の活動を妨げる
  - (4) 除排雪などの障害になる
  - (5) 歩行者事故の原因になる
- 違法な迷惑駐車は交通事故を誘発する原因になります。



ミニ広報紙  
2月号

新得警察署  
署所在地交番  
山崎 恭兵  
Tel.64-0110

## 犯人は常に人から金を騙しとろう としています！

平成30年中の北海道内で認知した特殊詐欺事件における被害額の合計は  
約3億4700万円

です。  
特に近年は

- 1 架空請求詐欺  
メールやはがき等で身に覚えのない金額の請求を行い、不安になった相手から金銭を騙し取る
- 2 還付金詐欺  
市役所、税務署の職員の名を語り、税金が返ってくると言い、相手から手数料として金銭を騙し取る
- 3 異性との交際あっせん詐欺  
異性紹介のサイトで申し込みをした人から虚偽の異性情報を提供し会員登録の名目で金銭を騙し取る

が多い傾向にあります。  
もし怪しい又は不審だと思ったら、悩まずに  
家族に相談又は新得警察署に通報して下さい。



## 路面凍結で滑ります！

2月も寒さが続き日中は路面の雪が溶けることがあります。夜間と明け方に凍結することがあります。

車の運転をするときは、路面の状態を見ながら、車間距離を夏場よりも長めに取り、早めのブレーキ操作をするよう心がけましょう。



## 火災に注意して下さい

2月も寒い日が続く、暖房器具やこたつを使用する機会があるため、冬期間に火災が発生することが多くなります。

- 火災を防ぐには、
- ストープの付近に衣服等を置かない
  - 無人状態で暖房器具をつけたままにしない
  - ストープ使用前に動作確認を行う
- など、火災予防に努めましょう。



平成30年中における事件事故発生状況

窃盗1件  
器物損壊2件  
建造物侵入2件  
物件事故105件  
人身事故3件

# 3月の農村地区資源ゴミの収集

資源ゴミは貴重な資源、  
 ゴミの減量化で住み良い町づくり！



収集日	収集場所
3月6日 (水曜日)	●7区公民館 ●8区高橋様宅前 ●10区公民館 ●10区大内様宅前 ●10区佐藤様宅前 ●林業試験場前 ●11区太田様宅前 ●元13区公民館跡前 ●北新得農業会館 ●元15区公民館 ●新内育成牧場 ●元福山小学校 ●北新得区山野辺様宅前 ●北広牧場 ●ヨークシャファーム横
3月13日 (水曜日)	●友夢牧場 ●レディーズファームスクール ●旧上佐幌小学校 ●旧上佐幌小学校教員住宅 ●上サホロ団地 ●21区公民館 ●八栄区公民館 ●22区公民館 ●旧佐幌小学校 ●佐幌農業会館 ●24区公民館 ●24区西3線1号
3月20日 (水曜日)	●25区公民館 ●27区今村様宅前 ●27区手塚様宅前 ●新生区旧井上様宅前 ●千代富区若原様宅前 ●36区公民館 ●36区佐藤様宅前 ●旧屈足小学校グラウンド南側 ●三友農場 ●32区坂本様宅前 ●34区 ●元岩松小学校 ●元岩野商店 ●十勝ダム管理事務所 ●富村牛小学校

## 収集する資源ゴミ

資源ゴミの種類	ゴミを出すときは、次のことを守りましょう。
<古紙類>	●汚れているものは燃やせるゴミに入れる。 ●ひもで十文字にしぼるか、透明な袋に入れる。
<新聞・チラシ・雑誌・ダンボール>	●それぞれ分けて、ひもで十文字にしぼる。
<紙パック類> 牛乳・清涼飲料水など	●中をゆすぎ、開いて乾かし、ひもで十文字にしぼる。
<アルミ缶・スチール缶類> ジュース・缶づめなど	●缶・空きビンの中をゆすぎ、乾燥させる。
<空きビン類> 酒類・しょうゆ 化粧品・ウイスキー ドリンク・焼酎など	●アルミ缶・スチール缶は分けて別の袋に入れる。 ●空きビンは透明・茶色・その他の3種類に分けて入れる。 ●空きビンのキャップははずし、燃やせないゴミに入れる。
<金属類> 鍋・やかん・鉄くずなど	●細かいものは缶などに入れ、ひとつにまとめる。
<乾電池>	●中身が確認できる透明な袋に入れる。

※6月の資源ごみの収集については、別途広報お知らせしんとく号に掲載します。

※収集日以外でも、直接清掃センターではゴミを受け入れています。

- ・月曜日～土曜日 8時30分から12時まで、13時から18時まで  
 (祝日も同様) (12時から13時までの1時間は閉場)
- ・日曜日 8時30分から12時まで

(町民課生活環境係 電話 64-0528 FAX 64-5118)