



『みでたんしぇ』は、市民の活動やイベント情報を掲載するコーナーです。掲載を希望する場合は、市ホームページ(番号000020440)のてびきをご確認の上、発行日(毎月15日)の『1カ月前まで』に内容がわかるものを秘書広報課にお寄せください。※スペースの都合により全て掲載できない場合がありますのでご了承ください。

展示会

市報

9

L1

M

No. 328 発行/

【2019年(令和元年)7月15日号 横手市TEL:0182-35-2111(代)

編集

総務企画部秘書広報課

横手

市中央町8番2号

펄

0182-35-2162

FAX: 0182-35-2221

}

- ムページ

横手市役所

■深田惠美子『カルトナージュ作品展』 一厚紙に布や紙を貼る手工芸一 ■7月19日(金)~30日(火)、午前10時 ~午後4時 ※初日は午後2時から、最 終日は午後2時まで 圏無料 圆間ね・ま~れ(十文字図書館2階)

☎42-5320 ※水曜休館

演奏会・コンサート

■十文字スワンコーラス 『道の駅サマーコンサート2019』 ■7月21日(日)午前10時30分~ 圆道の駅十文字 圏無料 図白いブランコ ほか 間遠藤さん ☎42-2044

■響け歌のWA!コンサート ■7月21日(日)午後2時~ 圆横手市民会館 図1,000円(中学生以下無料) 図【テーマ】地球星歌~笑顔のために~【曲目】COSMOS、群青ほか 間富樫さん ☎090-5831-0643

■ほのぼのエキナカコンサート 気まぐれライブ in さんない ■7月26日(金)午後6時30分~ 圆村さ来亭(ポッポあいのの内) 図無料 図フォークソングの弾き語り

ほか 間越後谷さん ☎090-6629-0089

■横手マンドリンクラブ『夏の碧空に響くマンドリンオーケストラの調べ』 ■8月4日(日)午前11時~ 園Y²ぷらざ 園無料 図アルハンブラの想い出、金と銀 ほか 間荻田さん ☎32-9438

イベント

■あきたエコマイスター県南協議会 「施設見学会」

■7月25日(木)午前10時~午後3時 ※午前9時にY²ぷらざ集合 園メガ団地(中仙町・トマト栽培)、バイオマス発電所 園100円(会員無料) 園27人 ※申込期限:7月20日(土) 園戸嶋さん ☎080-4515-9558

■納涼ゆかた茶会

〜子どもたちの抹茶のおもてなし〜 ■7月27日(土)午後1時〜3時 圆Y²ぷらざ 図300円 周粕谷さん ☎090-3124-7793

■とっぴんぱらりのプー 第181回「昔語りの会」

■7月27日(土)午後1時30分~ 圆こうじ庵(鍛冶町) 圏無料 固菅原さん ☎080-5225-5903

■第14回朗読劇『あの夏』

-1945・ヒロシマ ナガサキー ■7月28日(日)午後1時30分~ 園かまくら館 園500円(小学生以上対象) 出演:朗読グループあおぞら ※市内の小中学生・高校生も出演 間小松さん ☎080-1836-1810

■NPOヒューマニティコミュニケー ション『イベント案内』 【思いっきり歌声喫茶】

■8月8日(木)午後7時~ 図1,000円 図ひまわりの小径 ほか

【自然を愛する皆さんの集い】

■8月18日(日)午後1時~ 図800円 図ありがとう300回達成! 〈共通事項〉圆煉瓦屋(寿町)※要予約、 飲み物・洋菓子付 週小松さん ☎33-2811

講座・教室

■カルトナージュ体験教室(カード入れ) ■7月27日(土)・28日(日)、午後1時 ~4時 闘ね・ま~れ(十文字図書館 2階) 図500円(材料費) 図10人 園ハサミ 講師:深田惠美子さん 間深田さん ☎0183-72-3431

■弓道体験教室〜今年の夏は弓に挑戦 してみませんか!〜

■8月3日(土)午後1時30分~5時 園横手武道館 図無料 図初心者コース(小学生は4年生以上)、 経験者コース 園動きやすい服装、靴下 ※7月31日

(水)まで武道館(☎33-7307)に申込み

問照井さん ☎090-9634-2114

■リンゴ染め親子体験

■8月4日(日)午前9時30分~正午 園亀田地区交流センター 図1,000円~(材料費) 园20人 申込期限:7月31日(水) 園エプロン 固佐々木さん ☎090-7076-8257

■みんなで一緒に、夏休みのいろいろ 体験会開催!

■8月9日(金)午前10時30分~午後3時 園Y²ぷらざ(3階) 園1,000円~(体験によって異なります) 園ディンプルアート(ガラスの塗り絵&ブローチ作り)、ポーセラーツ、プラントアート 間一戸さん ☎090-9424-2852

サークル・団体活動

■大雄太極拳同好会教室

〜体験・見学してみませんか〜□7月17日・24日・31日・8月7日(水)、午後7時30分〜9時園大雄交流研修館 圏無料 園内履き間三浦さん ☎090-3369-3817

■『法輪功』気功教室

■8月4日·11日·18日·25日(日)、午後 1時~3時30分 陽浅舞公民館 圏無料 園柿崎さん ☎090-4888-1632 ※初めての方は事前にご連絡ください

■よこて農家塾8月例会

■8月5日(月)午前10時~ 園グリーンポート杉沢 図500円(昼食 代) 図古事記 講師:藤井京子さん 間小田嶋さん ☎32-9747

相談会・お話会

■コーヒーサロン『和生』

■7月16日(火)・8月6日(火)、午前10時~正午、午後1時~3時 園秋田 県南部男女共同参画センター 園無料 間小池田さん ☎090-2361-4687

■お酒の問題でお困りの方へ

■7月17日(水)午前10時~正午 園サンサン横手 圏無料 間よしださん ☎080-6508-6922(午前10時~午後4時) ※電話相談可

■不登校の子を持つ親の会

■7月28日(日)午後1時30分~ 場サンサン横手 図200円 固宮川さん ☎33-4993

■日時 陽場所 圏料金 内内容 閉持ち物 冠定員 問問い合わせ

オ

シ

Informat/on

国保市民課からのお知らせ

8月から後期高齢者医療の被保険者証(保険証)が新しくなります

HPページ番号000018765

新しい後期高齢者医療の被保険者証(薄赤色)を、 7月下旬に加入者に送付します。

●現在『限度額適用・標準負担額減額認定証』の交付を受けている方で、引き続き世帯員全員が住民税非課税の方、『限度額適用認定証』の交付を受けている方で引き続き現役 I (課税所得145万円以上

福祉医療費受給者証の更新手続きをお忘れなく!

受給者証の有効期限は、一部の方を除いて毎年7月31日です。継続して福祉医療費を受給するためには、 更新の手続きが必要です。対象者には通知します。

●乳幼児・小中学生・後期高齢者医療の区分に該当 している方は、7月中に受給者証を郵送します(更

国民年金保険料免除・猶予制度をご利用ください

保険料の納付が困難な方を対象に、本人の申請により納付を免除・猶予する制度があります。未納期間があると将来年金を受け取れないことがありますので、制度をご利用ください。

380万円未満) または現役 II (課税所得380万円以上520万円未満) の方には、被保険証と一緒に新しい認定証を送付します。

※今年度、新たに世帯全員が非課税になった方、現役 I・Ⅱに該当する方は申請が必要です。

HPページ番号000001304

新手続き不要)。ただし、所得の確認ができない方 (未申告など)や、世帯状況・保険証などの内容に 変更がある方は、手続きが必要です。

※現在、所得制限などで非該当の方でも、前年の所 得によっては該当となる場合があります。

HPページ番号000007696

- ◆免除申請/本人・世帯主・配偶者の前年の収入に よっては申請により保険料の納付が免除
- ◆納付猶予申請 / 50歳未満の方で、本人・配偶者の 前年の収入によっては申請により納付が猶予

【問合せ・申込み】国保市民課(本庁舎内) ☎35-2186、または各市民サービス課

人事課

HPページ番号000018251

HPページ番号000015191

横手市職員採用試験(第2期)の募集を開始します 求む! 横手愛♡

- ◆第2期試験区分
- ●短大卒業程度/行政、建築・土木
- ●高校卒業程度/行政、建築・土木
- ●資格職/看護師·准看護師、介護士
- ●職務経験者/行政(県外在住者)、建築・土木
- ◆受付期間/8月13日(火)まで

- ◆第1次試験日/9月22日(日)
- ◎受験案内は、市役所本庁舎1階総合案内、または 各地域局窓口で配布しています。市ホームページ からもダウンロードできます。
- ◎受験資格などの詳細は、市報5月15日号2ページまたは市ホームページをご確認ください。

【問合せ・申込み】人事課(本庁舎内) ☎35-2163

選挙管理委員会事務局



~この一票で輝く未来 令和の時代~ 7月21日(日)は、参議院議員通常選挙の投票日です

◆期日前投票は7月20日まで!

投票日に都合が悪い方は、期日前投票を行いましょう。なお、投票所によって期日前投票期間が異なります。詳細は市報7月1日号16ページ、入場券またはホームページをご確認ください。

◆投票日

7月21日(日)午前7時~午後7時 ※一部の投票所は午後6時まで

◆選挙公報

7月19日までに各世帯に配布されます。

【問合せ】選挙管理委員会事務局(本庁舎内)☎35-2161

税務課

HPページ番号000001289、000001290、000001291

令和元年度の国民健康保険税についてお知らせします

◆令和元年度国民健康保険税の税率

令和元年度の国民健康保険税率(医療給付費分・後期高齢者支援金分・介護納付金分)は、据え置きとなります。所得割は国民健康保険加入者の所得金額に対する割合、均等割は加入者の人数に応じた金額、平等割は1世帯当たりの金額です。

なお、課税限度額は医療給付費分が3万円増、後期高齢者支援金分と介護納付金分は据え置きで、合計96万円となります。

◆均等割・平等割の軽減適用

世帯の所得が一定基準以下の場合、均等割額と平等割額が軽減されます。令和元年度も5割軽減と2割軽減の適用範囲が拡大されました。

◎軽減判定のための所得には青色事業専従者給与、 および事業専従者控除・土地建物などの譲渡所得 の特別控除は適用されません。

◆国民健康保険税の納税相談と減免制度

国民健康保険税は、前年(今年度の場合は平成30年中)の所得をもとに税額を決定します。失業や病気療養で前年の収入に比べて今年の世帯の収入が大幅に減るなど、分割納付や徴収猶予を行っても納付が困難と認められる場合には、保険税の減免の申請を行うことができます。減免の申請には、各納期限(年金

区分		税率等	賦課限度額
医療給付費分	所得割	9.67%	
	均等割	24,100円	61万円
	平等割	20,800円	
後期高齢者支援金分	所得割	2.61%	
	均等割	6,500円	19万円
	平等割	5,500円	
介護納付金分	所得割	2.42%	
	均等割	7,500円	16万円
	平等割	4,200円	

軽減割合	基準となる所得金額(世帯主、被保険者および特定同一世帯所属者(※)の所得合計額)
7割軽減	世帯の合計所得金額が33万円以下
5割軽減	世帯の合計所得金額が(33万円+28万円×被 保険者および特定同一世帯所属者の数)以下
2割軽減	世帯の合計所得金額が(33万円+51万円×被 保険者および特定同一世帯所属者の数)以下

※国民健康保険から後期高齢者医療の被保険者に移行した方

からの特別徴収の場合は年金支給日)の7日前まで に、申請書と必要書類の提出が必要です。また、申 請前にはもれなく納税相談を受けていただきます。

市では、申請に基づき収入や資産などの調査を行い、総合的に判断した上で、減免の可否を決定します。まずは、納税相談にお越しください。

【問合せ】税務課(本庁舎内) ☎32-2510、または各市民サービス課

図書館課

図書館の夏休みこどもイベント

- ◆共通事項/申込受付開始は7月18日(木)~
- ◆横手図書館☎32-2662
- ■ロケットをつくろう!日時/8月1日(木)午前10時~定員/小学生10人程度
- ■よるのとしょかん日時/8月4日(日)午後7時~ 定員/小学生20人
- ◆平鹿図書館☎24-3281
- ●音が出る・プチプチする・モコモコする! 新型スライムをつくろう! 日時/7月27日(土)午前10時30分~ 定員/小学生20人
- ●よるのとしょかん おほしみかい 日時/8月3日(土)午後7時30分~
- ●ちょっとこわいおはなし会 日時/8月17日(土)午前10時30分~ 定員/小学生15人

- ◆増田図書館☎45-5559
- ●科学体験教室

日時 / 7月28日(日)午前10時30分~ 定員 / 15人

- ◆雄物川図書館☎22-2300
- ■よるのとしょかん おはなし&きもだめし日時/8月2日(金)午後6時30分~ 定員/30人
- ●夏休み上映会

日時/7月26日、8月2日・9日・16日・23日 ※夏休み中毎週金曜日、申込不要

◆大森図書館☎56-4180

冷房機器が一部故障中のため、イベント開催予定 はありません。また、館内が例年より暑くなる可能 性があります。ご了承ください。

- ◆十文字図書館☎42-1345
- ●つくってあそぼう リサイクル工作教室 日時/7月28日(日)午前10時30分~ 定員/15人

【問合せ】図書館課(雄物川図書館内) ☎22-2300 ※申込みは各図書館へ

オ

シ

令和元年度 調理師試験講習会

- ●日時/9月11日(水)・12日(木)午前9時~午後5時
- ●場所/かまくら館5階第3研修室
- ●費用/15,000円
- ●申込み/8月31日(土)までファクスで申込み
- 【申込み・問合せ】秋田県日本調理師会事務局(萩原)
- **☎ 33**-2897



南部シルバーエリア料理教室 『韓国料理 海鮮とササミのゆずサラダなど』

- ●日時/8月18日(日)午前10時~
- ●費用/1,000円 ●定員/20人 ●持ち物/エプ
- ロン、三角巾、筆記用具
- ●申込開始/7月23日(火)午前9時~
- 【申込み・問合せ】南部シルバーエリア☎26-3880



公民館主催講座にご参加ください

- ○黒川公民館『簡単! カラフルな牛乳寒天』 色鮮やかな寒天を試食しながら作り方を学びます。
- ●日時/8月6日(火)午前10時~11時30分
- ●定員/先着15人 ●費用/300円
- ●申込開始/7月16日(火)午前9時~
- 【申込み・問合せ】黒川公民館☎38-2111

◎横手市女性センター『手作りランプシェード講座』

- 十文字和紙でランプシェードを作りませんか。
- ●日時/8月21日(水)午後6時30分~8時30分
- ●定員/先着16人 ●費用/2,000円 ●申込期間 7月22日(月)~8月8日(木)平日午前9時~午後5時 【申込み・問合せ】横手市女性センター☎33-3995



『8020いい歯の表彰』 参加者募集

80歳以上(昭和14年3月31日以前に生まれた方)で 自分の歯を20本以上持っている方を表彰します。該 当される方はお問い合わせください。

●募集期限/8月31日(土)

【問合せ】横手保健所健康・予防課☎32-4005



『あきた国際フェスティバル』 ブース出展者および団体募集

- ●開催日/9月16日(月・祝)午前10時~午後4時
- ●場所/にぎわい交流館AU2階展示ホール(秋田市)
- ●対象/国際交流などの活動をしている団体、母国
- の紹介をしたいという在住外国人の方など
- ●費用/無料 ●募集期限/7月26日(金)
- 【申込み・問合せ】(公財)秋田県国際交流協会
- **☎**018−893−5499



(一社)秋田県鍼灸師会 主催 無料鍼灸治療と健康相談

- 日時 / 7月21日(日) 午後1時~4時
- ■場所/サンサン横手
- 【問合せ】(一社)秋田県鍼灸師会(高橋)☎090-3129-1246



横手市自主文化事業委員会 『かまくら館映画劇場』

- 日時 / 8月31日(土)午前9時~
- ●場所/かまくら館 ●入場料/500円(全席自由)
- ●上映作品/·沓掛時次郎 遊侠一匹(90分)
- ·眠狂四郎殺法帖(81分) · 弁天小僧(86分)
- · 反逆児(110分)

【問合せ】横手市民会館☎32-3136



第一印象を良くして自信を持って自己表現 『かがやく自分になる』連続2回講座

- 日時 / 7月21日(日)・8月10日(土)午前10時~11 時30分 場所/南部男女共同参画センター
- ■対象/再就職やスキルアップを希望する女性
- ●費用/無料 ●定員/15人程度、託児有り要申込み 【申込み・問合せ】南部男女共同参画センター☎33-7018



県南地域を代表する漬物『なすの花ずし』 下漬け講習にご参加ください

- ●日時/7月31日(水)午後1時30分~
- ●場所/大森コミュニティセンター ●費用/無料
- ●定員/先着30人※要申込み
- 【申込み・問合せ】大森地域課☎26-2116



お勤めしている方対象 『大曲技術専門校 在職者訓練』

- ①エクセル初級講習(中高年対象)
- ●期日/8月6日(火)・7日(水) ●定員/10人
- ②原寸図作成講習
- ●期日/8月22日(木)・23日(金) ●定員/10人 《共通事項》●時間/午前9時~午後4時
- ●受講料/無料(テキスト代は別途)
- 【場所・申込み】大曲技術専門校☎0187-62-6321



11月~1月に出産予定の方とご家族対象 マタニティクラス参加者募集

- ●日時・内容/①8月9日(金)いのちの話、赤ちゃ んのお風呂の入れ方、パパの妊婦体験、
- ②8月23日(金)妊娠中の食事、赤ちゃんのお世話の 仕方と虫歯予防など 各午後6時30分~8時30分
- ●場所/横手保健センター ●定員/先着18組
- ●費用/無料 ●申込期限/8月1日(木) 【申込み・問合せ】健康推進課☎33-9600



インターンシップ促進支援事業補助金を ぜひご利用ください

大学生などが市内企業でインターンシップを行う 際の経費の一部を助成します。詳しくはお問い合わ せください。

- ●補助対象経費/研修生が負担した以下の経費 ①研修生の居住地から事業所までの往復交通費
- ②実施期間に滞在する市内宿泊施設の宿泊費
- ●補助金額/研修生が負担した経費の10/10以内 ※千円未満切捨て、上限2万円、申請は1人につき
- 年度内2回まで 【問合せ】商工労働課☎32-2115



模擬裁判やクイズで楽しく学ぼう 夏休み裁判所見学会

- ●日時 / 7月25日(木)①午前10時~正午、②午後2 時~4時 ●場所/秋田地方裁判所3階1号法廷
- ■対象/小学校高学年生とその保護者
- ●定員/各回とも先着20組40人
- ●申込受付/7月16日(火)~19日(金)

【申込み・問合せ】秋田地方裁判所事務局総務課 **☎**018-803-0181



演歌歌手 山本譲二登場! 2019大雄サマーフェスティバル

- ●日時 / 7月27日(土)午後4時~9時30分
- ●場所/楽天イーグルススタジアム大雄駐車場内
- ●内容/太鼓、よさこい、ストリートダンスなど 【問合せ】大雄地域課☎52-2111



どなたでもご参加いただけます 第29回暴力団壊滅秋田県民大会

- ●日時/7月29日(月)午後1時~3時30分
- ●場所/秋田市文化会館大ホール ●費用/無料
- ●内容/秋田県警察音楽隊によるプロムナードコン サート、感謝状授与、功労者表彰、特別講演

【問合せ】(公財)暴力団壊滅秋田県民会議☎018-824-8989



どなたでもご参加いただけます 自衛官採用制度地域説明会

- ●日時/8月4日(日)午前10時~正午
- ●場所/Y²ぷらざ3階研修室1

【問合せ】自衛隊秋田地方協力本部横手地域事務所 **☎**32−3920



特別支援教育かがやきミーティング

- ●日時/8月20日(火)午後1時45分~3時50分
- ●場所/美郷町公民館 ●内容/愛知県立大府特別 支援学校教諭 山本純士氏講演『教室から教室へ』
- ●定員/340人 【申込み・問合せ】南教育事務所☎32-1101



雄物川郷土資料館特別展 『進化の造形〜美しい化石たち〜』

- ■期間/9月16日(月·祝)まで午前9時~午後5時
- ●入館料/一般100円、高·大学生50円、中学生以下無料
- ◎学芸員によるギャラリートーク
- ●日時 / 7月21日(日)、8月4日(日)、
- 9月8日(日)各午後1時30分~

【問合せ】雄物川郷土資料館☎22-2793



発酵食品を食べて健康に暮らしましょう 『8月5日は発酵の日』関連イベント開催

さまざまなイベントやおいしい発酵食品をそろえ て皆さまをお待ちしています。

- ●日時/8月4日(日)午後1時~4時
- ●場所/Y²ぷらざ ●内容/現代の名工による旬
- の家庭料理ワンポイントレッスンなど

【問合せ】食農推進課☎35-2267

ぐるっと情報通



10月1日から友引日と元日は 市内3斎場の休場日となります

ご不便をおかけしますが、ご理解くださいますよ うお願いします。

【問合せ】生活環境課☎35-2184



『戦没者遺児による慰霊友好親善事業』の 参加者を募集しています

日程や募集人員などの詳細については、下記まで お問い合わせください。

●地域/ソロモン諸島、東部ニューギニア、フィリ ピンほか ●参加費/10万円

【問合せ】(一財)日本遺族会事務局☎03-3261-5521 【申込み】(一財)秋田県遺族連合会事務局☎018-862-8820

おちゃっこサロン 『ほっこりの里よりみち』にお越しください

『ほっこりの里よりみち』は誰でも立ち寄れる居場 所です。お茶やコーヒーを飲みながら、何でもお話 しましょう。メンタルヘルスサポーターや認知症サ ポーターがお待ちしています。

●日時/毎月第4火曜日 午後1時30分~3時30分 ※予約不要、参加無料 ●場所/雄物川保健センター 【問合せ】健康推進課☎33-9600



高額な賠償を求められることがあります 事故に備え自転車保険に加入しましょう

- 【主な保険の例】 ・自転車安全整備店で加入できる『TSマーク付帯
- 保険
- ・傷害保険、火災保険、自動車保険などの個人賠償



平安時代の土器が多数見つかっている

●集合場所/条里南庁舎向かい駐車場



横手市園芸振興拠点センター フィールドデーを開催します

- ●日時/8月3日(土)午前9時~
- ●内容/スマート農業の紹介、農業機械の実演、地 場産野菜の試食・即売会、落語&トークなど
- ●場所/横手市園芸振興拠点センター(旧大雄中学校)
- ◎『親子でチャレンジ! トマトソースを作っちゃお!』 ●場所/横手市園芸振興拠点センター内6次産業化
- ●申込期間 / 7月22日(月)~31日(水)
- 【問合せ】食農推進課☎35-2267

自転車の保険は、多くの保険会社で扱っています。 中には加入している保険に特約として付帯できるこ ともありますので、保険会社にご確認ください。

- ・保険会社などで取り扱う自転車向け保険
- 責任特約 など 【問合せ】県生活環境部県民生活課☎018-860-1523

柴崎遺跡の現地説明会を開催します

●日時/7月27日(土)午後1時~3時※小雨決行

●その他/長靴をおすすめします。 【問合せ】文化財保護課☎32-2403



- 【問合せ】横手市園芸振興拠点センター☎38-8034
- 支援施設 ●定員/親子先着10組

15 赤口海の日

第29回あやめ杯民謡大会 ▶9:00~、平鹿生涯学習センター 全国ブロック選抜高校男子バレー

ボール大会横手わか杉カップ ▶9:00~、雄物川体育館 創作掛軸展示

▶~31日、9:00~、横手公園展望台

22^{先勝}

美術館 23 友引

16 先勝

鋼の錬金術師展

ビッグコミック50周年展

▶~9月29日、10:00~、増田まんが

24 先負

17 友引

▶~9月8日、9:30~、県立近代美術館 ビッグコミック展連携

|特別展『進化の造形』—美しい化石たち|『キャラクターズ the Characters』

▶~9月16日、9:00~、雄物川郷土資料館 ▶~10月6日、9:30~、県立近代美

2019コレクション展第2期

○国際交流を楽しみませんか? ALTホストファミリーを募集します 新たに就任するALT6人が、新生活を始める前に地域の皆さん 触れ合うため、ホームステイ先になっていただける方を募集します 受入期間/7月31日(水)~8月2日(金)、8月7日(水)~9日(金) 申込期限/7月23日(火)※申込者多数の場合抽選 申込み・問合せ/秘書広報課☎35-2162



30 先負 パナソニックパンサーズ バレーボール教室 in YOKOTE ▶~31日、横手体育館

31 仏滅

◎市税等の納期限です 固定資産税2期·介護保険料1期 国民健康保険税1期 後期高齢者医療保険料1期 問合せ/市収納課☎32-2518

5 大安

6 部 ねむりながし

▶18:00~、横手川蛇の崎川原



<u> 11\bar{1} </u>	
当	
番	
医	

月日	休日救急当番医(9:00~12:00)	電話番号	日曜夜間小児救急外来(17:30~20:30)	電話番号
7月15日(月)	あべ内科クリニック(横手)	33-1202		
7月21日(日)	こはま泌尿器科クリニック(横手)	35-2666	 平鹿総合病院(伊藤医師)	32-5124
	平鹿総合病院(荻原医師・高橋医師※1)	32-5124	十底松口例忧(护膝区叫)	
7月28日(日)	和賀胃腸科内科医院(横手)	33-7533	亚麻纷合序院/丁塔尼菇)	32-5124
	市立横手病院(磯部医師)	32-5001	平鹿総合病院(石橋医師)	
8月4日(日)	高橋医院(十文字)	42-0421	平鹿総合病院	32-5124
	平鹿総合病院(鈴木医師)	32-5124	一	
				T+ => m ++

※1…眼科の医師も診察します

Θ

横手図書館……7月17-24-31日

平鹿図書館……7月16-23-30日

市民のうごき

(-57)

(-23)

(-34)

(5)

人口 89,424人

男 42,393人

女 47,031人

世帯 34,243世帯

※6月末現在(先月末比) 住民基本台帳をもとに算出しています

> 雄物川図書館…7月17·24·31日 大森図書館……7月16-23-30日

十文字図書館…7月17·24·31日 ※図書館は7月25~8月25日は9:30から開館 ゆっぷる・

山内図書室……7月20-21-27-28日、8月3-4日 ゆとり館・ 大雄図書室……7月15-21-28日、8月4日 ゆとりおん大雄………7月18日、8月1日

横手市民会館……7月16-23-30日 増田図書館……7月15・22・29日、8月5日 石坂洋次郎文学記念館…休館予定なし 後三年合戦金沢資料館…休館予定なし

釣りキチ三平の里体験学習館

雄物川郷土資料館……休館予定なし

....7月17日 …7月16・23・30日 健康の駅トレーニングセンター

······7月15·17·21·24·31日 ······7月15·20·21·27·28日、

8月3.4日

··7月16·22·29日、8月5日 子どもと老人のふれあいセンター

·····7月16·22·29日、8月5日 南部シルバーエリア…7月16・22・29日、8月5日 ※プールは7月16・22日のみ休館。夏休み中は休まず営業



横手市医師会だより………………… 横手興生病院 川口 智也 医師

『夏場の睡眠(エアコン)について』

横手市医師会HP http://yokote-ishikai.sakura.ne.jp/

これから暑い時期を迎えます。睡眠は脳と体を休めるために必要不可欠なものですが、夏場は睡 眠の質が落ちやすい時期でもあります。エアコンを睡眠時に利用する方も多いと思いますが、暑す ぎても寒すぎても悪影響となります。一般的に夜間の睡眠時、設定温度は27~28℃が望ましいとさ れていますが、その温度では寝付けない方もいると思います。人間は体温が下がると眠くなる特性 があるため、最初は部屋を少し冷やし、部屋に入る際に温度を27~28℃に再設定すると翌日に倦怠 感が生じず、体に合う場合が多いです。エアコンを上手に使いながら暑い夏を乗り切りましょう。



木	金	土	日
18 ^{先負}	19 仏滅 第50回大森田楽灯ろうコンクール ▶19:00~、北都銀行大森支店前出発 ○天皇杯・皇后杯全日本バレー ボール選手権秋田県ラウンド 期間 / 7月20日(土)・21日(日) 場所/雄物川体育館	20 大安 第30回市民と集う看護フォーラム ▶13:30〜、松與会館 第16回よこての全国線香花火大会 ▶17:00〜、横手川蛇の崎川原 第41回猩々まつり ▶17:00〜、十字の里 第2回横手市小学生ソフトテニス大会 ▶大森テニスコート	21 赤口 第 25回参議院議員通常選挙投票日 ▶7:00〜、各投票所 よこいち。 ▶10:00〜、Y ² ぷらざ
25 仏滅 ② ALTウェルカムパーティーへ。 日時/8月8日(木) 午後6時~ 対象/市内小中学生と保護者 料金/子ども500円、大人1,500円 申込期限/7月31日(水) 申込み・問合せ/秘書広報課☎35-	場所/あさくら館 (軽食あり)	27 赤口 柴崎遺跡現地説明会 ▶13:00~、詳細は4ページ 2019大雄サマーフェスティバル ▶16:00~、詳細は4ページ 横手ラリー2019 ▶~28日、秋田ふるさと村第4駐車場	28 ^{先勝}
8 / 1 先勝 ③第2回軽トラdeのど自慢ina 軽トラックの荷台をステージに、明るく楽しい歌声を聞きに、ぜひお日時/8月3日(土) 午前11時〜午場所/道の駅さんない特設会場 「	歌声で山内を盛り上げます! 3こしください。	3 ^{先負} 園芸振興拠点センターフィールドデー ▶9:00~、詳細は4ページ	4 仏滅 『発酵の日』イベント ▶13:00~、詳細は4ページ
8 ^{友引} 第 24回は・は・は祭り ▶17:00~、今宿商店街通り(雄物川 地域)	9 ^{先負}	10 仏滅	11 ***

相

◎法律相談 ※事前の予約が必要です

(問合せ/平鹿福祉センター☎24-3283

※市役所本庁舎・担当弁護士の事務所会場分は生活環境課☎35-4099)

7月17日(水)/市役所本庁舎(13:00~15:00)

7月17日(水)/十文字町健康福祉センター(13:30~15:30) 7月22日(月)/大雄地域福祉センター(10:00~12:00)

7月24日(水)/担当弁護士の事務所(13:00~15:30)

◎行政相談(問合せ/生活環境課☎35-4099)

7月16日(火)/雄物川庁舎(10:00~12:00)

7月26日(金)/市役所本庁舎(13:00~15:00)

○人権相談(問合せ/生活環境課☎35-4099) 7月24日(水)/条里南庁舎(9:00~12:00/13:00~16:00)

◎39歳までの方の無料就職相談

(問合せ/秋田県南若者サポートステーションよこて☎23-5101) 7月16日(火)/十文字町健康福祉センター(9:30~12:00) 7月25日(木)/大雄地域福祉センター(9:30~12:00)

○くらしの相談(生活への不安や困りごとの相談)

(問合せ/くらしの相談窓口☎32-6101)

毎週月曜~金曜/本庁舎1階相談窓口(8:30~17:15)

◎年金相談 ※事前の予約が必要です

(問合せ/大曲年金事務所☎0187-63-2296)

毎週火曜/本庁舎1階年金相談所(9:30~12:00/13:00~15:30)

◎消費生活相談(問合せ/消費生活センター☎32-2919) 毎週月曜~金曜/本庁舎1階相談窓口(9:00~17:00)

增田町診療所(耳鼻咽喉科)

7月17-24-31日/13:30~15:30 ※8月14日は休診

大沢診療所(内科)

7月22日/13:30~15:00

日 三又へき地診療所(内科)

7月16.23.30日/13:30~16:30

上平野沢へき地診療所(内科)

7月25日 吉谷地/13:00~15:00

◎横手市へ

メルヘンワールド横手店/奥山駿さん/三須文子さん

◎横手市教育委員会へ

㈱ダスキンよねや

◎横手市サンハイムへ

㈱サンベンディング横手/秋田たすけあいネットあゆむ 柴田満さん

◎県南愛児園ドリームハウスへ

㈱サンベンディング横手/ガイア横手店

トヨタカローラ秋田㈱/スタジオ美技

ペンションぷうたろう/農事組合法人みずほ

十文字ライオンズクラブ/山田テツさん

佐々木京子さん/柴田満さん

◎養護老人ホームひらか荘へ

湧水会/傾聴ボランティアあすなろ

◎特別養護老人ホーム白寿園へ

横手城南高校銀杏同窓会大森支部

中安甲吉さん/藤間広妙さん

◎居宅支援センター森の家へ

アンダンテの会

◎介護老人保健施設老健おおもり ベルっこほろわ/大森小学校4年生

試	月日・地域	場所	受付時間		
ÍI)	7月21日(日)十文字	(㈱マルシメ スーパーモールラッキー店	10:00~11:45 13:00~16:00		
		JA秋田ふるさと平鹿支店	9:45~10:30		
	7月25日(木)平鹿	㈱森井製作所秋田工場	12:15~12:45		
	7月20日(小)十底	特別養護老人ホームあやめ苑	13:30~14:00		
		横手市役所平鹿庁舎	14:45~16:00		
	7月31日(水)横手	横手警察署 (協力:三国商事㈱横手インター給油所)	10:00~11:45		
		特別養護老人ホームビハーラ横手	13:30~14:15		
	※原則400ml献血のみの受付となります				

ンダ