

# 楽しく・正しく、支え合う 認知症ケア

- 申し込み 役場包括支援係窓口が電話で申し込んでください。
- 問い合わせ 役場包括支援係 ☎ 201-4321

## からだも脳も若返り教室

いつまでも健康で元気に生活できるように、令和4年度から実施しています。体操や脳トレをすることで、健康習慣のきっかけづくりや見直しにつながります。教室の前後に体力測定も行っています。

令和4年度から開始し、全12回コースを6回行い、総勢約80人が参加しました。



### 参加した人の感想

- ・ストレッチをもっと覚えたい!
- ・歌の脳トレが楽しかった!
- ・ラダーをもっとやりたい!
- ・エアロビクスをもう一度したい!



### 次回開催

- とき 4月3日(水)～5月17日(金)  
毎週水・金曜日午後2時～3時30分(全12回)
- ところ スポーツクラブ EVERY (頃末南)
- 対象 町内に住んでいる75歳以上の人  
※年齢は令和7年3月31日が基準です。  
※誰でも年1回参加することができます。  
※申し込み多数の場合は初回参加の人を優先します。
- 定員 20人(先着順)
- 費用 無料
- 申込期間 2月14日(水)～29日(木)

## 認知症家族交流会

認知症の人を支えている家族などが、互いに日々の悩みや想いを気軽に話したり、介護や医療の情報交換をできる場として、家族のための交流会「オレンジファミリー水巻」を開催しています。



### 次回開催

認知症の人が安心できる対応方法のミニ講座と、鍼灸師による自律神経を整えるリラックスタイムを予定しています。

- とき 3月14日(木)午前10時～11時30分
- ところ 役場 302 会議室
- 対象 町内に住んでいる認知症の人の家族・介護者
- 定員 10人程度
- 費用 無料
- 申込期限 3月13日(水)

この広報紙は再生紙を使用しています。

■表紙の写真は実行委員さんから希望者を募って撮影したものです。中央公民館内に簡易的なスタジオを設営し、式典本番前のタイミングで撮影(不慣れで反省点の多い撮影でした...)。その後の校正なども含めて、入稿前まで実行委員長の堀田さんとやり取りしながら仕上げてくださいました。お三方とも、忙しい中ご協力いただきありがとうございます。この場を借りて御礼申し上げます。(奥園)

■今年の「二十歳のつどい」の参加者は平成15年度生まれです。その平成15年の漢字は「虎」でした。なぜか? 阪神タイガースが「アレ」したからです。それから20年、また阪神が「アレ」という、何とも阪神と縁がある世代だなと感じてしまいました。しかし、この周期だと20年後も阪神が再び「アレ」するのではと、鯉党の私は、今から心配で仕方ありません。(吉川)

アレ...優勝のこと。令和5年流行語大賞。

## 編集後記

## 3月10日(日)は環境美化の日

町の環境情報を発信  
環境station

町と水巻町環境美化推進員会議では、ごみのポイ捨て防止や環境美化意識の向上のため、町内一斉清掃活動を行います。皆さんの参加をお願いします。詳しい手順は各自治会で確認してください。

ごみの種類	袋の色	回収場所
もえるごみ	ピンク	ごみステーション
もえないごみ	青	各自治会指定の回収拠点
ビンカンごみ	透明	
枝	透明(大)	
草	透明(大)	

- ※側溝の清掃、公園の除草や枝の剪定などを行う場合は、必ず自治会に届けてください。
- ※当日は各自治会配布のボランティア袋を使います。
- ※もえるごみは、通常のごみ収集日に回収します。
- ※枝、側溝の土砂の回収は後日行います。

## 枝・草は分別して袋に入れてください

枝・草はもえるごみとして処分するのではなく、分別すれば堆肥などにリサイクルする資源として活用することができます。分別に協力をお願いします。

※土・泥やごみを取り除いて袋に入れてください。枝・草以外のごみを同じ袋に入れてしまうと、堆肥としてリサイクルができないことがあります。

※枝は袋を使わず「野積み」で回収することもできます。必ず事前に自治会に届けてください。

- 問い合わせ 役場環境係 ☎ 201-4321



## 役場で働きませんか 会計年度任用職員登録募集

令和6年度の会計年度任用職員の採用希望登録者を募集します。希望する職種などを事前登録し、必要に応じて登録者から条件に合う人を採用します。

### 【募集職種】

職種	給料(月額)
一般事務職	7,933円
保育士・図書司書	8,385円
保健師・管理栄養士・助産師	9,904円

- ※交通費は支給されます。
- ※任用期間により、期末手当・退職手当の支給、健康保険・年金・雇用保険の適用があります。

### ●対象

- ▷地方公務員法第16条に定める欠格事項に該当しない人
- ▷保育士・図書司書・保健師・管理栄養士・助産師などは職務に必要な資格を持っている人

### ●登録期間

4月1日(月)～令和7年3月31日(月)  
●勤務時間 平日午前8時30分～午後5時15分  
※勤務時間・休日は、職場で異なることがあります。

### ●申込方法

3月8日(金)までに、申込用紙に顔写真を添付し、役場人事秘書係窓口へ提出してください。

※申込書は役場人事秘書係窓口や町ホームページで取得できます。

- 問い合わせ 役場人事秘書係 ☎ 201-4321 ▲町HP



## 2年で約15,000円お得 国民年金前納制度

国民年金 プラカール

国民年金には、保険料をまとめて納めることで割引となる「前納制度」があります。また、「口座振替」を併せて申し込むことで、割引額がさらに大きくなります。

### 【口座振替の場合】

前納期間	割引額
2年前納(4月～令和8年3月)	1万6,590円
1年前納(4月～令和7年3月)	4,270円
6カ月前納(4月～9月)	1,160円

### 【納付書またはクレジットカード払いの場合】

前納期間	割引額
2年前納(4月～令和8年3月)	1万5,290円
1年前納(4月～令和7年3月)	3,620円
6カ月前納(4月～9月)	830円

### ●申請期限

2月29日(木)

### ●持ってくるもの

- ①基礎年金番号のわかるもの(年金手帳・納付書など)
  - ②通帳印、通帳またはキャッシュカード
  - ③クレジットカード
- ※②は口座振替の場合のみ、③はクレジットカード払いの場合のみ、必要です。

### ●問い合わせ

- ▷役場保険年金係 ☎ 201-4321
- ▷八幡年金事務所 ☎ 631-7966