

### 市民総合文化祭の 展示作品・出演者

#### 日程

● 展示 11月3日(木)～5日(土)  
● 舞台発表 11月3日(木)

会場 芸術文化ホール、ギャラリー  
参加料

● 展示 壁面1m幅 300円、  
テーブル1脚 400円

● 舞台発表 1曲(5分以内)に  
つき1000円


● 個人・団体は問いません。  
\*8月30日までに、申込先にある

申込用紙で団地住民センターか中  
央公民館、東部・大曲・西部・西  
の里の各地区生涯学習振興会に申

高齢者の豊かな知識と経験を生かす  
シルバー人材センター (☎373-6763)

## 毛筆宛名書き講習会

毛筆宛名書きの基本について学びませんか。  
対象 市内にお住まいの方  
日時 9月7日～10月5日の各水曜、10月11日(火)  
(全6回) 午前10時～正午  
会場 シルバー活動センター  
定員 5人  
持ち物 書道用具一式  
申込期限 8月22日



## シルバー人材センター入会説明会

対象 健康で働く意欲がある、おおむね60歳以上  
日時 8月25日(木) 午前9時30分から  
会場 シルバー活動センター  
\*入会には、年会費2,500円が必要です。  
\*参加を希望する方は、事前に申し込んでください。  
詳しくは、ホームページ [北広島市シルバー](#) **検索**

し込んでください。  
問合せ 実行委員会事務局・小澤  
(☎376-2775)

### 保健



### 正しく知ろう 柔道整復師(整骨・ 接骨院)のかかり方

柔道整復師の施術では、国民健  
康保険の使える範囲が限られてい  
るので注意してください。  
◆柔道整復師にかかる際の注意  
①負傷原因を正確に伝えましょう  
どのような原因で負傷したかを  
柔道整復師に正確に伝えてくださ

い。外傷性の負傷でない場合や、  
負傷原因が労働・通勤災害の場合  
は、原則として被保険者証は使え  
ません。

②療養費支給申請書の内容を確認  
してから、委任欄に署名しましょう

内容とは、負傷名や施術内容、  
回数、支払った金額などのことです。  
利用者の署名か押印がある場合だ  
け、国民健康保険から療養費が支  
払われます。

③領収証は、必ず受け取りましょう  
領収証は、所得税の確定申告の  
際の医療費控除に必要です。大切  
に保管してください。

市から照会文書や医療費通知が  
届いたら、実際に支払った額と確  
認してください。金額などに相違  
があった場合は、必ず連絡してく  
ださい。

◆国保の被保険者証が使える場合  
● 打撲、捻挫、肉離れなど  
● 医師の同意のある骨折・不全骨  
折・脱臼の施術  
● 応急処置で行う骨折・不全骨折・  
脱臼の施術(応急処置後の施術に  
は、医師の同意が必要)

● 負傷原因がはっきりしている筋  
違い、ぎっくり腰など  
◆国保の被保険者証が使えない場  
合(全額自己負担)

● 慢性的な肩こりや筋肉疲労  
● スポーツによる筋肉疲労・筋肉痛  
● 神経痛、リウマチ、五十肩、関  
節炎、ヘルニアなどが原因の痛み

やこり  
● 脳疾患後遺症などの慢性病  
● 症状の改善が見られない長期の  
施術

● 病院、診療所などで同じ負傷を  
治療中  
● 労災保険が適用される仕事や  
通勤途上の負傷

\*市では、療養費支給申請書の内  
容(施術内容)を確認するため、  
被保険者に照会文書を送付する場  
合があります。照会があった場合  
は、回答書の記入をお願いします。  
問合せ 保険年金課(内線658)

### 認知症支え合い員 養成講座

認知症の方の話し相手や見守り  
をするボランティアを養成します。  
対象 認知症に関心があり、心身  
ともに健康で、今後の活動が可能  
なおおむね70歳未満  
日時  
● 8月31日(水)、9月2日(金) 午前  
10時～午後3時  
● 9月8日(木) 午前10時～午後3  
時30分  
● 10月20日(木) 午前10時～正午  
\*9月中旬～10月中旬に、2日間  
の訪問実習を行います。  
\*原則、全ての講義・演習と訪問  
実習を終了することが、認知症支  
え合い員として登録できる条件で  
す。

● 8月31日(水)、9月2日(金) 午前  
10時～午後3時  
● 9月8日(木) 午前10時～午後3  
時30分  
● 10月20日(木) 午前10時～正午  
\*9月中旬～10月中旬に、2日間  
の訪問実習を行います。  
\*原則、全ての講義・演習と訪問  
実習を終了することが、認知症支  
え合い員として登録できる条件で  
す。

会場 福祉センター  
内容 認知症の基礎知識や対応方  
法など  
定員 15人  
申込み 8月22日までに地域支え  
合いセンター(☎378-4277)

### 献血にご協力を

対象 16～69歳(65歳以上の場合  
は、60～64歳までに献血したこと  
がある方)  
日程 8月5日(金)  
時間・コース 河村電器産業(株)札幌工場(北の里) 午前9時～11時  
● 日立物流コアボネクス(株)(大曲工業団地) 午前11時45分～午後1時  
● 東日本高速道路(株)札幌管理事務所(大曲並木) 午後2時30分～5時  
問合せ 健康推進課(内線807)

### 西の里おれんじカフェ

対象 認知症の方と家族  
日時 9月14日(水) 午後1時30分  
～3時30分  
会場 西の里会館  
内容 ● 手作りどら焼きを食べながら交流会 ● 落語絵本の読み聞かせ  
参加料 100円(茶菓子代)  
申込み 9月7日までに、きた高齢者支援センター(☎375-5888)

対象 認知症の方と家族  
日時 9月14日(水) 午後1時30分  
～3時30分  
会場 西の里会館  
内容 ● 手作りどら焼きを食べながら交流会 ● 落語絵本の読み聞かせ  
参加料 100円(茶菓子代)  
申込み 9月7日までに、きた高齢者支援センター(☎375-5888)

生活 相談 募集 市民参加 保健 催し 子育て ふれあい