

### 児童扶養手当などの現況届け

ひとり親家庭の保護者が受給している児童扶養手当と、障がいがある児童を養育する保護者が受給している特別児童扶養手当、障害児福祉手当は、年1回の現況届（所得状況届）の提出が必要です。

#### ▶対象者

- ①児童扶養手当受給者
- ②特別児童扶養手当受給者
- ③障害児福祉手当受給者



#### ▶受付期間

- ①・・・8月1日(月)～31日(水)
  - ②③・・・8月12日(金)～9月9日(金)
- 時間はいずれも8時30分～17時15分  
(木曜日は19時まで窓口延長)  
※上記の期間を過ぎると、8月分以降の手当が受けられなくなるのでご注意ください。

#### ▶受付場所

健康福祉課（保健センター）

#### ▶持ち物

通知書類（個別に郵送）、はんこ、手当証書、健康保険証、その他  
☎健康福祉課☎66-2111内線156

### 作文、ポスターを募集します

県では、障がいに対する理解を深めるため、「心の輪を広げる体験作文」と「障がい者週間のポスター」を募集しています。詳しくは、ホームページをご覧ください。

#### ▶応募締切 8月31日(水)

☎県保健福祉部障がい保健福祉課  
☎019-629-5448



### 1人で悩まず相談を

県では、暮らしの困りごとやさまざまな悩みの相談に応じるため、新たにLINEによる相談窓口「#いのちSOS岩手」を開設しました。スマートフォンから気軽に相談できますのでご利用ください。

また、24時間受付の電話相談のほか、健康福祉課でも心の相談に応じています。一人で悩まず、誰かに相談してみましょう。

#### ▶#いのちSOS岩手

- ☎0120-061-338
- LINEはQRコードから
- 受付時間 ①月、金 11時～16時  
17時～22時
- ③水、土 11時～16時
- ②日、火、木 17時～22時



#### ▶よりそいホットライン

☎0120-279-226（24時間受付）

#### ▶健康福祉課

☎0195-66-2111（内線153、154）  
受付時間 月～金 8時30分～17時15分  
※来庁相談も受け付けています。

#### ▶県央保健所

☎019-629-6574  
受付時間 月～金 9時～16時

#### ▶盛岡いのちの電話

☎019-654-7575  
受付時間 月～土 12時～21時  
日 12時～18時

#### ▶こころの相談電話（県福祉相談センター）

☎019-622-6955  
受付時間 月～金 9時～18時

### 養成講座の参加者募集

## あなたもシルリハ体操の指導者に

町では、介護予防の推進のため、「シルバーリハビリ体操（シルリハ体操）」の指導者を養成しています。あなたもシルリハ体操の指導者になって、高齢者の皆さんの健康で元気な暮らしを支えませんか？

### 3級指導者の養成講座を受講しよう

町では、シルバーリハビリ体操3級指導者養成講座の受講者を、次のとおり募集します。

#### ▶受講資格（次の全ての要件を満たす人）

- ①町に居住する、常勤の職業に就いていない  
おおむね50歳以上の人
- ②養成講座の全日程(5日間)に参加できる人
- ③認定後、町内の介護予防教室などで体操を普及するボランティア活動ができる人

#### ▶講座日時

- ①10月20日(水) ②10月24日(日)
  - ③10月26日(水) ④11月2日(水)
  - ⑤11月4日(金)
- 各回 9時30分～16時

#### ▶場所

街の駅まさぎね館（九戸村）  
※会場まで送迎します（役場発着）

#### ▶受講料

無料

#### ▶申込方法

10月6日(木)までに健康福祉課に電話で申し込みください。

☎健康福祉課☎66-2111内線157

### 仲間とともに活動しよう

「シルバーリハくずまき」は、平成30年10月に結成された、シルバーリハビリ体操指導者のグループです。

メンバーは、町の介護予防の推進を図るため、「いつでも、どこでも、ひとりでも」を合言葉に、高齢者の皆さんが、住み慣れた地域でいつまでも安心して元気に生活できるよう、保健センターで定期開催する「シルリハ体操の日」や、地区の介護予防教室などで、参加者と共に楽しみながら体操指導を行っています。

「元気に生活するために体操を学びたい」「ボランティア活動に興味がある」方々、一緒に取り組んでみませんか？



定期開催している「シルリハ体操の日」の様子

### 新型コロナウイルス ワクチン接種担当窓口

電話 0195-67-1111（直通）  
FAX 0195-67-1112

※ワクチン接種を申し込んだ人で、体調不良などの理由で接種をキャンセルする場合は、必ずご連絡をお願いします。



### ぼくわたし 虫歯ゼロ

7月13日の幼児歯科健診で虫歯ゼロのお友達です。



田川 礼都くん  
(3歳・橋場)



東館 和花ちゃん  
(6歳・吉ヶ沢)

### ひきこもり者を持つご家族のための

## ほんわか家族教室

病気などの特別な理由なく、自宅にひきこもっている人の家族を対象に、家族教室を開催します。ひきこもりの人の気持ちや、関わり方について学びませんか。



▶日時 ①9月12日(月) ②11月14日(月)  
各回 13時15分～14時45分

▶場所 盛岡市勤労福祉会館3階研修室  
(盛岡市紺屋町2-9)

▶対象者 15歳以上の「社会的ひきこもり」者の家族（2回参加できる人）

▶申込方法 9月2日(金)までに電話で申し込みください。

☎県央保健所☎019-629-6573