

健康 2月1日はフレイルの日

- **フレイルとは…**
加齢とともに、体や心のはたらきや、社会とのつながりが弱くなった状態のことです。何も対策をせず放っておくと、介護が必要となる可能性が高い状態ですが、予防や改善ができる段階でもあります。早めに気づき、元気づちから対策することが大切です。
 - **フレイル予防 3つのポイント**
 - ① **運動(身体活動)**
今より10分多く、できる範囲で元気に動きまわろう。
 - ② **食事**
肉や魚などのたんぱく質を中心に、いろいろな食品を組み合わせる食べまわろう。
 - ③ **社会参加**
できるだけ外出や交流をしましょう。地域に出て人とつながり、生きがいや楽しみ、目標を持ち続けることがフレイル予防につながっていきます。
家庭の中で役割を持って暮らすことも社会参加の一つです。
- 問 市民部 市民課 ☎82-1112

周知 「支え合いの地域づくり講演会」開催のお知らせ

- 第2の人生は想像以上に長い！からこそ、いつまでも住み慣れた地域で元気に自分らしく暮らしていくために、“自分が今できること”を、皆さんと一緒に考えてみませんか？
- **日時**
2月2日(木)午後1時30分～3時
 - **内容**
講演：令和4年度支え合いの地域づくり講演会
「みんなで考える支え合いの地域づくり～誰もが主役です～」
講師：公益財団法人 さわやか福祉財団 岡野 貴代さん
 - **場所**
大越公民館 2階 大研修室
 - **対象**
どなたでも参加できます。
 - **申込**
高齢福祉課または社会福祉協議会へ電話でお申し込みください。当日参加も可能。
 - **その他**
今後「勉強会」を継続して開催する予定です。詳しい内容は、お問い合わせください。
- 問・申 保健福祉部 高齢福祉課 ☎82-1115
田村市社会福祉協議会 ☎68-3434

教育 小・中学校就学援助(入学準備金)の入学前支給のお知らせ

- 市では、4月に市立の小・中学校に入学予定の児童の保護者で、経済的理由などで就学援助の要件に該当する方へ、新入学児童生徒用学用品費等を入学前に支給します。
- **対象者** 次の要件に該当する方
 - ①市に住所を有し、4月に市内の小・中学校に入学予定の児童の保護者。
※3月末日までに市外へ転出する方を除く。
 - ②年度所得が生活保護法基準額の1.3倍以下の世帯の方で、市民税非課税や児童扶養手当を受給している等の要件に該当する方(詳しい要件はお問い合わせください)。
 - **申請場所**
・小学校新1年生 ▶ 学校教育課・各行政局・各出張所
・中学校新1年生 ▶ 現在通学している市立小学校
 - **受付期間**
1月5日(木)～27日(金)
 - **支給額**
・小学校新1年生 ▶ 51,060円
・中学校新1年生 ▶ 69,260円
 - **支給時期** 5年3月中
※申請に必要な書類など、詳しくはお問い合わせください。
- 問・申 教育部 学校教育課 ☎82-1214

期限 田村市元気アップ商品券【使用期限：1月31日】

田村市元気アップ商品券の使用期限は1月31日(火)までです。使用期限を過ぎた商品券は無効となり、利用できませんので忘れずにご利用ください。

問 産業部 商工課 ☎82-6677

周知 文化財防災訓練のお知らせ

- 文化財防火デーにあわせ、国指定重要文化財の堂山王子神社で防災訓練を行います。当日は、付近で消防車両がサイレンを鳴らしますので、火災と間違わないようお願いいたします。
- **日時**
1月22日(日)午前10時30分
 - **場所** 堂山王子神社(船引町門沢)
 - **参加団体**
堂山王子神社本殿保存会・堂山王子神社自警団・市消防団船引地区隊第5分団・田村消防署・市教育委員会
- 問 教育部 生涯学習課 ☎81-1215

講座 認知症サポーターステップアップ講座のご案内

- 認知症のより専門的な知識と、実際の対応方法の基本を学ぶことができます。介護している方や、認知症の方に役に立つことをしてみたいという方にお勧めの講座です。
- **日時** 2月3日(金)
午後2時30分～5時
 - **場所** 市役所 1階 多目的ホール
 - **内容** ①認知症の疾患の理解
②認知症の方への接し方
 - **講師**
総合南東北病院神経心理学研究部門
言語聴覚士 佐藤 伊久生さん
 - **対象者**
過去に認知症サポーター養成講座、認知症サポーターステップアップ講座を受講したことがある方
 - **申込**
1月30日(月)までに高齢福祉課または田村市地域包括支援センターへ電話でお申し込みください。

問・申 保健福祉部 高齢福祉課 ☎82-1115
田村市地域包括支援センター ☎68-3737

◎地域包括支援センターでは、高齢者の認知症や介護、虐待などの相談を受け付けています。まずは、電話でご相談ください。

◀船引町以外にお住まいの方▶
田村市地域包括支援センター ☎68-3737

◀船引町にお住まいの方▶
田村市ふねひき地域包括支援センター ☎73-8762

電話相談時間：
平日(午前8時30分～午後5時30分)
土曜日(午前8時30分～午後0時30分)
※土曜日の午後、祝祭日、年末年始は休み



募集 市営住宅入居者募集

- **入居者資格**
①同居、または同居しようとする親族があること
②世帯の所得が基準額を超えないこと
③現在、住宅に困窮していること
④市税を滞納していないこと
⑤暴力団員でないこと
 - **申込方法**
1月13日(金)～31日(火)までに都市計画課または各行政局に備え付けの申込書に必要な書類を添えて、申し込みください。必要書類や所得基準などは、お問い合わせください。
 - **抽選会**
同一の市営住宅に対して複数の申込があった場合は、抽選会を開催します。船引地域の抽選会は、市役所で2月15日(水)に一般公開で開催予定です。詳しい内容は申し込みされた方へ通知します。船引地域以外で抽選となった場合、抽選会の日程などは各行政局から申込をされた方へ通知します。
- ※その他、随時申込み受付可能な団地もあります。詳しくは、お問い合わせください。

問・申 建設部 都市計画課 ☎82-1114 各行政局

▼入居者募集中の団地

地域	団地名	部屋番号	建築年	間取り	家賃	駐車場
滝根	神俣団地 3棟	3号(2階)	昭和59年	3DK	17,200円～60,400円	有
滝根	神俣団地 3棟	4号(2階)	昭和59年	3DK	17,200円～60,400円	有
船引	下扇田団地	2号(1階)	昭和56年	3DK	13,400円～37,100円	有
船引	下里団地 1棟	2号(1階)	昭和52年	3DK	12,000円～31,800円	有
船引	馬場団地 1棟	16号(3階)	昭和48年	3K	9,100円～21,700円	無
船引	東部団地 3棟	13号(1階)	平成4年	3DK	18,100円～49,400円	有
船引	東部団地 4棟	1号(1階)	平成5年	3DK	18,300円～49,700円	有
船引	東部団地 6棟	2号(1階)	平成6年	3DK	18,600円～49,300円	有

※家賃は所得に応じて金額が変わります。
※船引の下扇田団地2号はひとり親世帯優先物件です。

広告欄 Advertisement

有料広告募集中

問い合わせ…総務部 総務課
(☎0247-81-2117)へ



田村市の人口

令和4年12月1日現在
総人口 **33,664人**
世帯数 **12,269世帯**
11月の出生数 **5人**

この数値は、令和2年国勢調査の確定値を基に毎月の自然動態・社会動態を加減したものです。
※国・県の公表結果と異なる場合があります。

主な問い合わせ先

- 田村市役所 ☎963-4393
田村市船引町船引字畑添 76番地 2 ☎81-2111(代表) ☎81-2522
- ※時間外の緊急時連絡先 ☎81-1220
- ※市民の声専用ダイヤル ☎82-0066
- 滝根行政局 ☎963-3692
田村市滝根町神俣字関場 118番地 ☎78-2111(代表) ☎78-3710
- 大越行政局 ☎963-4192
田村市大越町上大越字水神宮 62番地 1 ☎79-2111(代表) ☎79-2115
- 都路行政局 ☎963-4701
田村市都路町古道字本町 33番地 4 ☎75-2111(代表) ☎75-2844
- 常葉行政局 ☎963-4692
田村市常葉町常葉字町裏 1番地 ☎77-2111(代表) ☎77-2115

休日・延長窓口の開設案内

- 取扱業務…各種証明書の発行のみ【休日窓口】
 - 開設日…日曜日
 - 場所…田村市役所 本庁
 - 時間…午前8時30分～午後0時30分【延長窓口】
 - 開設日…毎週木曜日(祝日を除く)
 - 場所…田村市役所 本庁
 - 時間…午後5時15分～午後6時30分
- ※各行政局の延長窓口は廃止となりました。

上下水道の窓口案内

- 上下水道局 上下水道課 ☎963-4312
田村市船引町船引字上川原 33番地 ☎82-1527 ☎82-4564
- 漏水事故・水質異常がある場合は、ご連絡ください。
- 開栓・閉栓は平日(土日・祝日を除く)の午前9時～午後4時に行います。申込みは、3営業日前までの平日にご連絡ください。

オンライン申請はコチラ▶▶



暮らしの税情報

今月の納期限【1月31日(火)】

- 市県民税……………4期
問 市民部 税務課 ☎81-2119
- 国民健康保険税……………7期
- 後期高齢者医療保険料…6期
問 市民部 市民課 ☎82-1112