

## 田村市グリーン・ツーリズム連絡協議会 市内・外向け体験プログラムを行いました

### モニターツアー

#### 「たむライフ☆たむライク秋～たむらで親戚を作ろう～」

昨年11月19日・20日、市内を巡りさまざまな体験をするモニターツアー「たむライフ☆たむライク秋～たむらで親戚を作ろう～」が開かれ、市外から11人が参加しました。

1日目は、新そばのそば打ち体験から始まり、ガラス絵付け体験や天体望遠鏡制作、アロマ体験及び暗闇のあぶくま洞見学や星の天体観測のほか、大越牧野地区で郷土料理を囲んだ夕食会で交流を深めました。

2日目は、野菜の収穫体験や市内観光を楽しんだ後、ねじると鳥の鳴き声に似た音が出るバードコール作りや自然にあるものを集めて行うネイチャービンゴなどの自然体験をしながら、屋外でいも煮を舌鼓を打ちました。

参加者は、ツアーが進んで行くに従ってすっかり打ち解け「田村ファンになったので、田村のいいところ宣伝していきたい」との声も聞かれました。



### たむらの食材をいかした料理を楽しむセミナー

昨年11月23日、テラス石森で「たむらの食材を活かした料理を楽しむセミナー」が開かれました。講師にフードコーディネーターのナガタユイさんをお招きし、第1部はさつまいも、第2部はブルーベリーと地元の食材を使った料理方法の実演や説明を受け、参加者全員で試食しました。

参加者からは「今回は夏野菜で開催してほしい」との要望をはじめ、好評をいただいたため、次回も開催する予定です。



協議会では、会員やサポーターを随時募集しています。ご興味ある方はご連絡ください。

☎田村市グリーン・ツーリズム連絡協議会  
(事務局：産業部 観光交流課) ☎81-2136



▲ホームページ



▲フェイスブック

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

## 「医療費のお知らせ」(医療費通知)をご確認ください

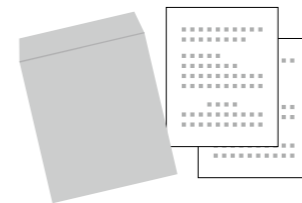
### 国民健康保険に加入している方へ

市では、医療費などをお知らせするため、2カ月に1回「医療費のお知らせ」を送付しています。このお知らせは、医療機関からの診療報酬明細書をもとに作られています。

次の点を確認いただき、ご自身の健康管理にお役立てください。

- ①健康状態 (医療内容を確認し、健康状態を再認識しましょう。)
  - ②医療費総額 (総額を確認し、医療費への認識を深めましょう。)
  - ③ご自身の負担額 (負担額を確認し、間違いがないか確かめましょう。)
  - ④確定申告にも「医療費のお知らせ」が添付書類として使用できます。
- ※「医療費のお知らせ」に記載されていない診療分は、領収書で申告手続きを行ってください。

☎市民部 市民課 ☎82-1112



### 後期高齢者医療保険に加入している方へ

後期高齢者医療広域連合では、医療費や健康に関する理解を深めていただくため、毎年1回「医療費のお知らせ」を送付しています。

●2月下旬から送付  
4年1月～12月までの「医療費のお知らせ」を2月下旬から順次送付します。お知らせが届いたら、内容の確認をお願いします。

●内容  
受診年月、医療機関等名称、診療区分、医療費総額、自己負担相当額など  
※傷病名、調剤名などの診療内容は、直接医療機関等へお問い合わせください。

●その他  
・医療費のお知らせは、原則再発行しませんので大切に保管してください。  
・県内全域に順次送付するため、個別の発送には応じられません。  
・確定申告を急ぐ場合は、領収書により申告手続きをお願いいたします。

詳しい内容は、後期高齢者医療広域連合までお問い合わせください。

☎福島県後期高齢者医療広域連合 ☎024-528-9025  
市民部 市民課 ☎82-1112



## 田村地方基幹相談支援センターだより



### 「障害年金」とは…

障害年金とは、先天性による障害、病気やけがによって生活や仕事などが制限されるようになった場合に、20歳から65歳未満の方が受け取ることができる年金です。障害年金には、「障害基礎年金」「障害厚生年金」があり、病気やけがで初めて医師に診療を受けたときに「国民年金」に加入していた場合は「障害基礎年金」、厚生年金に加入していた場合は「障害厚生年金」が請求できます。なお、障害年金に該当する状態よりも軽い障害が残ったときは、障害手当金(一時金)を受け取ることができる制度があります。

また、障害年金を受け取るには、年金の納付状況などの条件が設けられています。障害年金のことを聞きたい、障害年金が取得できるか相談したい場合は、基幹相談支援センターへお気軽にご連絡下さい。

### 「つどいの広場」～同じ悩みを語り合い、互いに支え合う場～

●日時 1月27日(金) 午前10時～11時30分

●参加費 無料

●場所 田村地方基幹相談支援センター

●対象者 田村市・三春町・小野町在住の方

☎田村地方基幹相談支援センター ☎61-5056