

「オレンジカフェ」・「認知症家族のつどい」 ～いつまでも楽しみながら元気に暮らすために～

■オレンジカフェ

認知症予防と認知症に関する相談が気軽にできる通いの場（お茶のみ）で、どなたでも参加できます。

認知症の専門相談員・保健師など明るく元気なスタッフがお待ちしております。

●日時 毎週火曜日（10月6・13・20・27日）9:30～11:30

●場所 ふれあいプラザ2階

※予約などは必要ありません。直接会場へお越しください。

☎地域包括支援センター ☎22-1466

■認知症家族のつどい

認知症高齢者の介護は家族にとって、とても大変です。介護をしているの体験談や苦労話などを、お話ししませんか？

介護経験豊富な先輩からの助言も聞けます。本人も一緒に参加して気分転換もできるので、ぜひご参加ください。

●日時 10月20日（火）13:30～

●場所 ふれあいプラザ2階食堂

●内容 座談会

☎介護老人保健施設清風 ☎22-2110
☎地域包括支援センター ☎22-1466

10月25日（日）は「宮城県議会議員一般選挙」 ～一票が あなたの大事な 意思表示～

☎選挙管理委員会 ☎22-1315

■投票できる方

●年齢 日本国民で年齢満20歳以上の方（平成7年10月26日までに生まれた方）

●住所

①平成27年7月15日までに白石市に転入届けをし、引き続き居住している方

②白石市から宮城県内の市町村に転出し、4カ月を経過していない方
※②に該当する方は、転出先の市町村もしくは白石市から「引き続き宮城県内の市町村に居住している証明書」の交付を受けた上で、転出前の投票所で投票できます。

■市内転居された方の投票所

平成27年10月7日以降に市内で転居された方は、転居前の投票所で投

票することになりますのでご注意ください。

■当日の投票時間

投票日当日の投票時間は午前7時から午後7時までです。

※次の投票所は午後5時までです。

- ・福岡第2（川原子ふれあいセンター）
- ・福岡第6（三住転作研修センター）
- ・福岡第7（不忘研修センター）
- ・福岡第8（蔵王自治会集会所）
- ・福岡第10（大綱担い手センター）
- ・小原第1（上戸沢集会所）
- ・小原第6（小久保平集会所）

■投票所入場券

10月16日（金）の告示後、投票所入場券は郵送で配布します。4名分まで1枚のはがきに記載されていますので、各自切り離して投票所に持参

してください。入場券がない場合でも、本人確認ができれば投票できますので、投票所の受付で申し出てください。

■開票

投票日当日の10月25日（日）午後8時から中央公民館で行います。

■期日前投票

投票日当日に仕事や旅行、冠婚葬祭などで投票に行けない方は、ぜひご利用ください。

●期間・時間

10月17日（土）～24日（土）

午前8時30分～午後8時

●場所 市役所2階第2会議室

※受付で投票日当日の予定を確認し「期日前投票請求書兼誓約書」に氏名・生年月日を記入いただきます。

白石歯科医師会

8020よい歯のコンクール

●対象 満70歳以上（10月1日現在）で歯が20本以上ある健康状態の良好な方

●応募方法 白石刈田地区の歯科医院、診療所の窓口にある応募用紙に必要事項を記入の上、歯科健診を受けてください。健診は無料です。

●申込期限 10月15日（木）

●表彰 入選者は最優秀賞、優秀賞、入選の区分で、「第7回白石市健康福祉まつり・8020よい歯コンクール」で表彰します。

※発表は応募者各自に通知します。
☎けんじ歯科クリニック ☎25-9933

生活不活発病講演会

～元気な高齢者のあふれるまちづくり～

65歳以上の方を対象とし、昨年度実施したアンケート調査の結果を基に、白石市の現状や生活不活発病の予防に関する講演会を開催します。

●日時 10月30日（金）10:00～11:30

●場所 ホワイトキューブ

●演題 生活不活発病！白石市の現状とその予防

●講師 宮城県生活不活発病予防アドバイザー（医師）大川弥生氏

☎地域包括支援センター ☎22-1466

平成27年度健康診査結果説明会

健診結果を健康づくりに役立てるため、健康診査を受診された方を対象に説明会を開催します。事前申し込みが必要ですので、電話でお申し込みください。

■個別相談会

保健師や管理栄養士が個別相談に応じます。

●日時 10月19日（月）9:00～

※1人1時間程度。時間は予約の際に調整します。

●場所 健康センター

●持ち物 健診結果通知表

●定員 30人（先着順）

■健診結果説明会

①テーマ：血糖と血圧

●日時 10月26日（月）13:30～15:30（受付13:00～）

②テーマ：脂質と血圧

●日時 10月27日（火）9:30～11:30（受付9:00～）

●場所 健康センター

●持ち物 健診結果通知表

■健診結果説明会～運動編～

●日時 11月19日（木）13:30～（受付13:00～）

●場所 介護予防センター

●持ち物・服装 動きやすい服装、上靴、タオル、飲み物（水またはお茶）、筆記用具、健診結果通知表

●講師 健康運動指導士

●定員 30人（おおむね74歳以下、先着順）

☎健康推進課 ☎22-1362

男女共同参画推進セミナー

保護司として少年の更正に尽力する傍ら、DJとして少年院に向けて院内放送を製作し贈り続けている大沼えり子氏を講師に、さまざまな問題を抱える少年たちの背景や現状を知り、子どもたちが健やかに成長するために必要なことや、子どもたちが幸せに生きていくために、私たちにできることは何かを、一緒に考えます。

●日時 11月14日（土）10:00～11:15

●場所 ふれあいプラザ2階研修室

●対象 市内在住の方、または市内に通勤・通学している方（市外在住の方も人数に余裕があれば参加可能）

●定員 50人（先着順）

●託児 先着5人（未就学児）

※開催日の1週間前までに要申込。

●受付開始日 10月1日（木）

☎子ども家庭課 ☎22-1363

ふれあいプラザ ☎22-6025

毎月第3日曜日は「家庭の日」
家族みんなで過ごしましょう
今月は10月18日

2015自動車点検整備推進運動 点検・整備は、安全とエコ！

10月は自動車点検整備推進運動強化月間です。愛情こまやかな点検・整備が、人も車も、環境も守ります。

☎宮城運輸支局検査整備保安部門

☎022-235-2517

心の病を抱えている方のためのサロンを開設

心の病を抱えている方のための憩いの場として、「サロン・ラポール」を開設しました（ラポールとは「信頼」という意味）。お茶を飲み、音楽を聴きながらゆったりと話をしてみませんか。皆さん、気軽にお越しください（要事前連絡）。

●日時 毎週月・水・金曜日

11:00～15:30

●場所 中町31-4（旧オリエンタル、七十七銀行白石支店駐車場隣）

●参加費 200円（ソフトドリンク代を含む）

☎我妻睦夫（精神保健福祉士）

☎080-6025-5149

10月1日～7日は「公証週間」です。

公証制度は、私人間の権利・義務を明確にし、争いを未然に防止するものです。

遺言、任意後見、離婚、金銭・土地建物の貸借、不動産の売買などの大切な契約は、法務大臣が任命した法律の専門家である公証人が作成した、公正証書にしておくことをお奨めします。

☎大河原公証役場 ☎0224-53-2265

宮城県最低賃金が改正されます

宮城県内の事業場で働くすべての労働者（臨時、パート、アルバイトなどを含む）に適用される宮城県最低賃金が、下記の通り改正されます。

●時間額 726円

※精皆勤手当、通勤手当、家族手当、賞与等、時間外・休日・深夜手当は、最低賃金の計算に含まれません。

●効力発生日 10月3日（土）

☎宮城労働局労働基準部賃金室

☎022-299-8841

自衛官候補生男子 追加募集説明会

自衛官候補生、その他の募集種目も説明します。

●日時 10月4日（日）10:00～

●場所 中央公民館2階視聴覚室

☎自衛隊宮城地方協力本部大河原地域事務所 ☎0224-53-2185

法務相談

●日時 10月10日（土）10:00～15:00

●場所 ふれあいプラザ

●相談内容 ①相続、遺言、②成年後見制度、③契約等民事上の権利義務、④家庭内の諸問題など（予約優先）

☎宮城県行政書士仙南支部

☎0224-86-3987

第23回白石市生涯学習フェスティバル参加事業 白石市医師会市民公開講座

脳は、新皮質の認知機能と大脳辺縁系の情動機能を持っています。認知機能は、情動機能の目的を達成するための道具で、認知症は、認知機能の低下で診断されますが、中程度まで情動機能は保たれています。

情動機能に良い刺激を与えることで、認知症になっても人として豊かな感情を持って生活できます。

認知機能の低下は、しわと同じ老化の一つで、情動機能を人のありようとりえることで深刻な病気ではなくなります。

●日時 10月20日（火）18:30～19:30

●場所 しんきんホール（仙南信用金庫本店）

●演題 認知症の情動療法

●講師 仙台富沢病院 佐々木英忠先生

☎同医師会事務局 ☎25-0882