

# お知らせ

## 足腰しゃんしゃん教室 参加者募集

足腰しゃんしゃん教室を次のとおり開催します。

最近足腰が弱くなつたと感じて居る方、転倒の不安がある方：ぜひこの機会に参加してみませんか？健康運動指導士や保健師によるストレッチ、音楽に合わせた体操など、楽しく体を動かせる教室です。

なお、19年度より早来町民センターでも開催します。体を動かして、足腰しゃんしゃんを目指しましょう！たくさんの方の申込みをお待ちしております。

ご不明な点はお問合せください。

### 日程

4月6日(金)

～6月29日(金)(予定)

(週1回開催、1コース全12回)

\*日程の詳細等については、参加される方へ後日改めて通知いたします。

### 実施場所・時間

#### ① 追分コース

10時00分～12時00分

ぬくもりセンター

#### ② 早来コース

13時30分～15時30分

早来町民センター

### 対象

65歳以上の方で、簡単な運動を行つてみたい方

\*定員は①②それぞれ30名で、申込者多数の場合は新規の方を優先させていただきます。

\*申込みはどちらか1コースとさせていただきます。

\*介護認定を受けて居る方は対象外とさせていただきます。

**教室内容**

体力測定、ストレッチ、筋力をつける簡単な運動など

申込み 3月19日(月)まで

申込み・問合せ

介護保険課介護予防係

☎⑤ 4 5 5 5

**町民交通傷害保険加入のご案内**

1年360円で交通事故に備えましょう

この町民交通傷害保険は、

住民皆様の保険料で成り立っていて、多くの皆様にご加入できるよう掛け金もお安くなっております。家族ぐるみで加入して、交通事故に備えましょう。

次の日程で受付業務を行いますのでご利用ください。また、早来庁舎住民生活課・追分庁舎住民総合相談室においても、随時受付をしています。

**青葉会館**

3月15日(木) 10時～12時

**明春辺会館**

3月20日(火) 14時～16時

**安平公民館**

3月22日(木) 10時～12時

**遠浅公民館**

3月22日(木) 14時～16時

**旭陽会館**

3月23日(金) 10時～12時

申込み・問合せ

早来庁舎住民生活課交通安全

全係 ☎② 2 9 4 0

追分庁舎住民総合相談室

☎⑤ 2 4 1 1

**医療費預り金制度の導入について**

北海道立苫小牧病院では、これまで診療時間外に患者様が外来診療を受けたり、退院する時は会計窓口が閉まっていますので、翌診療日以降に再度のご来院をお願いし、医療費をお支払いいただいているところ です。

しかし、後日患者様から医療費をお支払いいただけない場合が見受けられますことから、診療後や退院時に患者様から一定金額をお預かりし、翌診療日以降にご来院いただいた時に、預かったお金を会計窓口で精算する制度(医療費預り金制度)を導入することといたしました。

患者様には、この制度の主旨につきまして、ご了承いただけますようよろしくお願い申し上げます。

**医療費預り金制度を始める日**

4月2日(月) 17時～

**お預かりする金額**

・休日や夜間に外来診療を受けた時 2,000円

・休日に退院する時 患者様が退院する日までの医療費のうち、計算済みの額(1,000円単位でお預かりします)

なお、当院ではお釣りを用意しておりませんので、なる

べくお釣りが出ないようにご配慮願います。

問合せ

北海道立苫小牧病院

☎ 0 1 4 4 - 3 4 - 1 6 5 1

**献血にご協力を！**

3月30日 (金)	役 場 早 来 庁 舎	9時30分～10時30分
	北 電 室 蘭 支 店 部	10時50分～11時50分
	早 来 自 衛 隊	13時30分～14時30分
	安 平 自 衛 隊	15時00分～16時00分