



おおふなぽーとから 催しのご案内

▷申し込み・問い合わせ先
〒022-0002 大船渡町字茶屋前7-6
おおふなぽーと (大船渡市防災観光交流センター) (☎②6001)

木材で工作しよう！ 木のおもちゃで遊ぼう！

- ▷日時= 8月11日(金・祝)午前10時～午後2時
- ▷会場= 屋外多目的広場
※雨天の場合は2階多目的室
- ▷内容= 木工工作、木製のおもちゃ、お絵描きの各コーナーで自由に遊べます。
- ▷対象= 子どもおよび保護者
- ▷参加料= 無料
- ▷その他= 申込不要で、時間内で何度でも遊べます。スタッフの補助もあります。
- ▷協力= 気仙沼あそびーばーの会
- ▷企画運営= NPO法人おはなしころりん



「はす紙」でお盆用の蓮花づくり

- ▷日時= 8月12日(土)午前10時～正午
- ▷会場= 2階 多目的室
- ▷内容= 蓮の花飾りを専用紙「はす紙」で作ります(完成品は縦20cm×横20cm×高20cm)。
- ▷内容= 那須野公美さん(つまみ細工講師)
- ▷対象= どなたでも
- ▷定員= 20人(定員になり次第締め切り)
- ▷申込方法= 電話または直接申し込みください。
- ▷申込締切日= 8月11日(金・祝)
- ▷受講料= 1,700円(材料代)
- ▷持ち物= 布おしぼり、完成品を持ち帰るための袋、菓子などの紙製空き箱
- ▷企画運営= NPO法人おはなしころりん



新しい保険証・受給者証を送付します

国民健康保険・後期高齢者医療被保険者証(保険証)および医療費受給者証を更新し、7月中旬に郵送しますので、8月1日以降は新しい保険証を使用してください。また、有効期限を過

ぎた保険証は回収しませんので、速やかに破棄してください。
なお、郵送する保険証などの内容は、下表をご覧ください。

| 種類 | 色 | 注 意 点 | 問い合わせ先 |
|-----------------------------------|-----|--|--------------------------------|
| 国民健康保険被保険者証(兼高齢受給者証) | 青 | 有効期限：令和6年7月31日 ※令和6年7月31日までに70歳になる人…70歳になる月の末日まで ※令和6年7月31日までに75歳になる人…75歳になる日の前日まで | 国保医療課国保年金係 (☎内線142、143、144) |
| 後期高齢者医療被保険者証 | 青 | 有効期限：令和6年7月31日 | 国保医療課医療給付係 (☎内線145、146) |
| 医療費受給者証(子ども・重度心身障がい者・ひとり親家庭・寡婦など) | ピンク | 更新申請が必要な人(所得不明者など)にはお知らせしていますので、手続きしてください。 | |

■外来受診や入院時の一部負担金と食事代の窓口負担が軽減される「認定証」が取得できます
保険証と一緒に医療機関に提示すると、外来受診・入院時の一部負担金と食事代の窓口負担が軽減される「国民健康保険限度額適用・標準負担額減額認定証(認定証)」について、交付を希望する人は申請が必要です。現在、認定証をお持ちの人や、70歳以上で交付の対象となる人には、7月下旬(一部8月中旬)に手続きについ

てのお知らせを郵送します。また、今回郵送されなかった人でも、急な入院などで認定証が必要になった場合は、随時申請を受け付けます。
■高校生の医療費助成方法が変わります
8月1日から、高校生(18歳到達の年度末まで)が医療機関などで診療を受けるときは、受給者証を提示することで、窓口での負担がなくなります。

碓石海岸 インフォメーションセンターから催しのご案内

▽日時= 7月23日(日)～8月31日(木)

▽時間= 午前9時～午後5時
※受け付けは午後3時まで

▽会場= 碓石海岸インフォメーションセンター展示・講習室

▽対象= どなたでも(小学生以下は保護者同伴)

▽内容・体験料
・ラベンダーステイック：500円
・フォトフレーム：300円
・塩キャンドル：300円
・ラベンダー香り袋：100円

碓石海岸 夏の工作体験

▽日時= 8月12日(土)午後7時～9時

▽時間= 午前10時、11時、午後1時、2時、3時

▽会場= 碓石海岸キャンプ場炊事棟

▽対象= どなたでも(小学生以下は保護者同伴)

▽内容= せっけん素地に好みの色と香りをつけて練り、形成します。
※乾燥は各自で行ってもらいます。

▽体験料= 1個300円

▽定員= 各回5～10人

▽対象= 5名以上の場合は、要予約
※予約なしでも体験可能ですが、予約者を優先します。

碓石海岸で夏の星空観望会・星空さんぽ

▽日時= 8月12日(土)午後7時～9時

▽会場= 碓石海岸インフォメーションセンター・碓石海岸キャンプ場

▽内容= 夏の星空講話、キャンプ場フリーサイトで星空観望

▽参加料= 500円

▽定員= 各回15人(先着順)

▽体験料= 500円

▽対象= 5歳以上(小学生以下は保護者同伴)

▽内容= 5歳以上の場合は、要予約
※予約なしでも体験可能ですが、予約者を優先します。

いっしょに遊ぼう

▽日時= 8月5日(土)、12日(土)、19日(土)、26日(土)

▽時間= 午前10時～午後5時

▽会場= 碓石海岸インフォメーションセンター

▽対象= どなたでも

▽内容= 自由工作：200円
・新聞バック：100円
・定員= 1時間あたり10名を
目途

※5名以上の場合は、要予約
※予約なしでも体験可能ですが、予約者を優先します。

ワカメモンスター in 三陸 くしゃむしゃらりん がやってきた

▽日時= 8月27日(日)

▽時間= ①午前9時30分～11時30分
②午後1時～3時
※8月1日(火)午前10時から予約受付開始

▽会場= 碓石海岸インフォメーションセンター展示・講習室

▽対象= 5歳以上(小学生以下は保護者同伴)

▽内容= ワカメに付着していた海生動物の種類ごとに分類し観察します。
・ワカメに付着していた海生動物を入れたキーホルダーを作製します。

▽体験料= 500円

▽定員= 各回15人(先着順)

健康づくり座談会「骨粗しょう症予防」

～一緒にからだを動かしませんか？～

- ▷日時= 8月29日(火)午前10時～正午
※開始前(午前9時30分～10時)に骨密度測定を行います(希望者のみ)。
- ▷会場= 大船渡市総合福祉センター大会議室
- ▷対象= どなたでも可
- ▷内容
①骨密度測定
②骨粗しょう症予防の講話およびグループワーク
③骨粗しょう症予防の運動実技
- ▷講師= さんりくWELLNESS 熊谷侑希さん



- ▷参加費= 無料
- ▷定員= 30人(定員になり次第締め切り)
- ▷申込方法= 電話、ファクス、Eメールのいずれかで申し込みください。ファクス、Eメールの場合、件名を「健康づくり座談会の参加」とし、①氏名(フリガナ)、②電話番号、③お住まいの町名を記載ください。
- ▷その他= 動きやすい服装で参加ください。
- ▷申込先・問い合わせ先= 健康推進課 (☎②1581/☎②8572) 午前8時30分～午後5時15分(土・日・祝日を除く)
- 【Eメール】ofu_kenkou@city.ofunato.iwate.jp