



〒061-3216 石狩市花川北6条1丁目

- 健康づくり課
保健サービス担当 TEL 72-3124
ケアサービス担当 TEL 72-6124
- 福祉生活課
障害者福祉担当 TEL 72-3194
TEL 72-7017

*場所は、明記されていない場合はすべてりんくるです。

■歯科検診が変わります！

「3人に1人は平均4本の虫歯を持っています」。これは、平成15年度3歳児健診の虫歯保有状況です。1歳6カ月児健診では約30人に1人とわずかです。この傾向は毎年同じです。つまり、1歳6カ月から1年半の間に虫歯になるお子さんが多いこととなります。

この時期は甘いお菓子やジュースを摂取する機会が増えて、お子さんの要求も強くなり、いつの間にか歯がボロボロということになりかねません。一方、歯みがきやフッ素塗布などの予防をしているかとなると、なかなか習慣になっていないのではないのでしょうか？

市では、歯科検診と同時にフッ素塗布を行っています。今までは隔月1日のみの実施でしたが、毎月2回で半日ずつ実施するようになりました。ぜひ、ご利用ください！

対象 歯が生えてから4歳0カ月前後
受付時間

0、1、3歳代 水曜 10:00～11:00
2、4歳代 金曜 13:00～14:00

※混雑防止のため、年齢ごとの来所にご協力ください。

持ち物 母子手帳、歯ブラシ

※間隔はなるべく6カ月空けてください。(1歳半、3歳児健診でも歯科検診・フッ素塗布をします)

※詳細や日程は、毎月の広報や、窓口で配布している「りんくる母子保健情報」をご覧ください。

今月の日程

6/16(水) 0、1、3歳代 10:00～11:00

6/25(金) 2、4歳代 13:00～14:00

問合せ 保健サービス担当

■こども発達相談

就学前のお子さんの育児について、お子さんと一緒に遊びながら相談・アドバイス。

日時 6/15(火) 10:00～15:00

担当 発達相談員、保健師

申込・問合せ

6/11(金)までに保健サービス担当に電話で予約してください。

■乳幼児健康相談

お子さんの発育、離乳食、育児などの相談を保健師・栄養士がお受けします。

今回は赤ちゃん絵本のご紹介もしています。会場を開放していますので、お気軽にお越しください。申し込みは不要です。

日時 6/18(金) 10:00～11:30

※絵本の紹介は10:30～

持ち物 母子手帳

問合せ 保健サービス担当

■作業療法コース

対象 加齢や障がいなどにより心身機能が低下している方で、隣近所までの外出であれば可能な方。

日時 7/8～29(毎週木曜)

13:30～15:30

場所 花川南コミセン

内容 習字

その他 遠方などの理由で、送迎が必要な方はご相談ください。

問合せ ケアサービス担当

■中級手話講習会

対象 初級手話講習会などを修了した市民

日時 7/6～11/16の毎週火曜

18:45～20:45

費用 テキスト代のみ

定員 15人程度(応募多数時抽選)

申込締切 6/15(火)

※なお、初級手話講習会(8/19～12/2の全15回)についてはあらためて広報でお知らせいたします。

申込・問合せ 福祉生活課

■こころの健康相談(予約制)

不眠・引きこもり・痴呆・拒食・過食・アルコール依存・ギャンブル依存・抑うつ・統合失調症などの本人や家族の悩みに専門家が相談に応じます。

日時 7/2(金) 13:00～14:00

場所 江別保健所石狩支所

申込・問合せ 江別保健所石狩支所

保健指導係 ☎74-1142

『健康いしかり21推進☆健康ウォーキング講習会』

「健康いしかり21」の普及と併せて、ウォーキングの正しい知識と実践の講習会を2日間にわたり実施します。運動の分野では「週2回、30分以上の運動を」を市民の取り組みにあげています。健康づくりのために気軽にできるウォーキング！この機会にさっそくチャレンジしてみませんか？すでにウォーキングを取り組んでいる方の参加もお待ちしています。

第1日目

日時 7月24日(土) 9:45～12:00(予定)

場所 花川北コミセン

内容 「ウォーキングの理論と実践」講話と実技

講師 北海学園大学経営学部教授

体育方法学 竹田 憲司 氏

第2日目

日時 7月25日(日) 9:00～(予定)

内容 野外ウォーキング(5～8km程度)

※市体育協会指導員が先導

※少雨決行

対象：できるだけ2日間参加できる健康な方(中学生以下は保護者同伴) **定員**：100人程度

申込締切 7月20日(火) ※申し込みをした方には、後日案内兼受付票ハガキを送付します。

■主催/石狩市 ■協力/石狩市体育協会

申込・問合せ 健康づくり課保健サービス担当 ☎72-3124



平成16年度65歳以上の方
(第1号被保険者)の

介護保険料

☎ 介護保険課
72-6121

段階	該当になる方	保険料率(月額)	平成16年度(年額)
第1段階	・生活保護受給者 ・老齢福祉年金受給者で 世帯全員が市民税非課税の方	基準額×0.5 1,900円	22,800円
第2段階	世帯全員が市民税非課税の方	基準額×0.75 2,850円	34,200円
第3段階	本人が市民税非課税の方 (市民税を課税されている方と同居)	基準額 3,800円	45,600円
第4段階	本人が市民税を課税されていて、 合計所得金額が200万円未満の方	基準額×1.25 4,750円	57,000円
第5段階	本人が市民税を課税されていて、 合計所得金額が200万円以上の方	基準額×1.5 5,700円	68,400円

平成16年度介護保険料の決定通知書・納入通知書が6月中旬に送付されます。
介護保険制度は、市町村ごとに5年を1期として3年ごとに策定される「介護保険事業計画」に基づき運営されます。
この計画に基づいて算定された65歳以上のみなさん(第1号被保険者)の介護保険料は左表のとおりです。一人ひとりの保険料が「石狩市の介護」を支えています。保険料の納付にご協力願います。

※保険料の納付方法(特別徴収・普通徴収)についても同時にお知らせします。
◆この表は、65歳以上の方に適用になります(40~64歳の方は医療保険ごとに計算されます)。
◆どの保険料段階に当てはまるかは、前年の所得などにより毎年見直されます。

市独自の保険料減免措置

- ・保険料第1段階(生活保護受給者を除く)または第2段階
- ・本人の年間収入が(遺族年金・障害年金等非課税収入を含む)140万円未満
- ・2人世帯の場合200万円未満(世帯員1人増えるごとに60万円加算)
- ・預貯金が100万円未満(1人増えるごとに50万円加算)
- ・居住用以外の活用できる資産を所有していない
- ・過去の保険料に未納がない
- ・市民税課税者に扶養されていない

左記のすべての要件を
満たしている方



保険料第1段階の方
第1段階保険料
の2分の1
保険料第2段階の方
第1段階保険料

にそれぞれ減免されます。

申請方法・提出書類等詳しくはお問い合わせください。

保険料の納入が滞った場合は？

保険料を滞納している方がサービスを利用する場合は、原則として、

- ・1年以上の滞納の場合には、いったん、サービス費用の全額を支払っていた上で、市の窓口で、費用の9割の払い戻しを受けることとなります。
- ・1年6カ月以上滞納の場合には、滞納している保険料の額を給付される金額から差し引くことになります。

また、65歳からの保険料を長期間滞納していた場合には、その期間に応じた一定期間、保険から給付される額がサービスの費用の9割から7割に引き下げられるほか、高額介護サービス費の支給も受けられなくなりますので、注意が必要です。

災害・失業・倒産などで、保険料を納めることが難しい場合は、保険料の減免が受けられる場合がありますので、窓口でご相談ください。

介護保険標準負担額減額について

介護保険施設に入所している方の標準負担額(食事負担分)は、その方および世帯員の所得に応じて、次のように減額されます。

1日当たりの標準負担額

所得区分		食事負担額
通常の場合		780円
減額条件	本人市民税非課税かつ世帯員全員非課税	500円
	1)生活保護受給者 2)老齢福祉年金受給者でかつ世帯員全員非課税	300円

申請に基づき、減額該当者は「介護保険標準負担額減額認定証」を交付します。なお、申請月に応じて有効期間が変わりますのでご注意ください。

申請手続

- ①現在入所されている方で、認定証希望の方は、随時受け付けていますので、保険証と印鑑を持参の上、申請してください。郵送でも構いません。
- ②現在入所されていない方も、介護保険施設に入所された場合には、申請をおすすめします。