



●児童館 jidoukan@city.ishikari.hokkaido.jp  
●福祉生活課 fukushis@city.ishikari.hokkaido.jp

## マタニティーコース

妊娠中の栄養や歯についての話のほか、妊婦体操やお風呂の練習、本当の赤ちゃん先輩ママとの交流も。前日まで申込受付。

**日時** 3月7日(月)・14日(月)・22日(火)13時30分～15時30分

**場所** りんくる

**持ち物** 母子手帳。※1日目は運動しやすい服装。2日目は歯ブラシ・バスタオル・タオル・ガーゼハンカチ。

**申込・問合せ** 保健サービス担当 72・3124

## 小児救急電話相談

夜間、急な病気や事故で具合が悪くなったときなど、家庭でどのように対処すればよいか、直ちに医療機関にかかる必要があるかについて電話で相談できます。

**受付時間** 平日(月～金)19時～23時※土・日・祝日、年末年始は行いません。

**相談方法** ①プッシュ回線の場合／＃8000 ②ダイヤル回線・携帯電話・PHSの場合／011・232・1599

**問合せ** 北海道医療政策課救急医療グループ

011・231・4111(内線25・371)

## 放課後児童会入会案内

仕事などで保護者が昼間いっも家庭にいない小学校3年生以下の児童を、下校後など次の児童館等の施設でお預かりします。

### 実施場所

- ①花川北児童館(花川北3・2 74・2884)
- ②おおぞら児童館(花川南1・1 73・4849)
- ③花川南児童館(花川南8・3 72・7311)
- ④紅南小内・おおぞらミニ児童館(花川北1・6 74・0327)
- ⑤はまなす保育園内(親船町45・2 62・3247呼出)
- ⑥八幡小内・八幡ミニ児童館(八幡4・167 66・3305)
- ⑦緑苑台小内・緑苑台ミニ児童館(緑苑台中央3・603 72・1704)
- ⑧花川小内(花畔1・1 64・2123)
- ⑨パストラル会館内(樽川6・2 72・5640)

※パストラルクラブは、民間委託のため地域制限があります(樽川6～9条のみ)。

**実施期間** 4月1日～平成18年3月31日

**開設時間** 平日(月～金)下校後～18時 学校休・土曜(日祝日・年末年始除く)8時～18時

**定員** ①・③各50人 ②40人 ④30人 ⑦25人 ⑤15人 ⑥・⑨各20人 ⑧35人

**申込方法** 入会申請書、保護者の勤務証明書など(用紙は各実施場所、市役所児童家庭課にあり)を各実施場所に提出

**申込期間** 2月1日(火)～28日(月) **問合せ** 花川北児童館 74・2884



## 健康・福祉

### 成人健康相談

生活習慣病や更年期障害、健診結果が心配な方の相談に保健師・栄養士が応じます。個室希望の方はお申し出ください。申込受付は前日まで。

**日時** 2月16日(水)10時～11時30分 **場所** りんくる

**申込・問合せ** 保健サービス担当 72・3124

## 生活習慣病予防のための料理講習会

生活習慣病予防のために地域の食材を使った料理講習会を行います。

**日時** 2月21日(月)10時～12時 **場所** 花川北コミセン **講師** 石狩市生活学校メンバー **参加費** 200円

**定員** 先着20人まで電話受付 **申込・問合せ** 石狩市生活学校 三島さん 74・7190

## 介護者リフレッシュ事業

在宅療養中の家族を介護している方が対象。わずかな時間ですが日々の介護をひと休みして、リフレッシュしてください。本人を置いて家を空けられない方は申し込み時にご相談ください。

**内容** 絵手紙 **日時** 3月4日(金)10時～12時 **場所** りんくる

**申込・問合せ** ケアサービス担当 72・6124

## こころの健康相談(予約制)

不眠・引きこもり・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** 3月4日(金)13時～14時 **場所・申込・問合せ** 江別保健

所石狩支所(花川北7・1) 74・1142

## 子宮がん・乳がん検診内容変更

厚生労働省の指針改正に基づき、4月から市が助成する子宮がん・乳がんの集団検診・個別検診が変更となります。

**受診間隔** 子宮がん・乳がん検診は2年に1回となります(平成16年度に子宮がん検診・乳がんのマンモグラフィ検査を受診された方は、平成17年度は対象となりません)。

**対象年齢** 子宮がん検診は20歳以上。子宮頸部がん検査のみ助成となります。有症状者を実施していた「体部検査」は市の検診から除かれます。

乳がん検診は40歳以上。検診方法はすべてマンモグラフィ検査と視触診の併用となります。※検診が2年に1回となりますが、気になる症状があれば検診を待たずに乳腺専門外来や婦人科を受診しましょう。

**問合せ** 保健サービス担当 72・3124

## 点字電話帳の配布

2月発行の点字電話帳を無料で配布します。



## 保険・年金

### ■平成17年度 国民年金改正のお知らせ

①基礎年金への国の負担を1/3から1/2へ引き上げ  
16年度から段階的に引き上げ、遅くとも平成21年度までに1/2への引き上げ完了とします。

### ②国民年金保険料の改正

国民年金保険料(月額) = 基本額 × 保険料改定率

基本額 毎年度月額280円ずつ引き上げ、平成29年度以降16,900円に固定します。

保険料改定率 賃金や物価の伸び率を基準に毎年度改定します。

### ③年金を支える力と給付のバランスをとる改正前

年金を初めてもらうとき → 賃金の変動で改定年金をもらっている人 → 物価の変動で改定

改正後  
賃金・物価の変動に加え、被保険者数減少率や平均余命の伸びを反映した年金改定率を用いて、年金額の変動を抑えます。

### ④30歳未満の保険料納付猶予制度を創設

・30歳未満の第1号被保険者(学生を除く)で、本人および配偶者の所得が一定額以下の場合、保険料は申請により猶予します(世帯主の所得は判断の対象外)。

・本人が将来保険料を払えるようになったときに、猶予期間から10年間は追納できるしくみを導入します(平成27年6月までの時限措置)。

### ⑤第3号被保険者未届け期間の救済

改正前  
第3号被保険者になる届出が2年以上遅れると、その期間は未納期間扱い。

改正後  
・17年4月1日から、届出を忘れてしまっても、特例的に届出が可能になります。  
・地域の社会保険事務所に届出れば、やむを得ない理由がある場合に限り、2年前以前の期間も第3号の期間として認められます。

### ■保険料の領収詐欺にご注意!!

#### 事件

平成16年9月札幌市で、社会保険事務所の職員を装い、国民年金保険料をだましとる事件が発生。犯人はネームプレートを付け、身分証明書と思われる顔写真付きのホルダーを首から下げて、「集金機の調子が悪く使えないが、職員なので納付書で領収できます」といって、被保険者の母から79,800円をだましとりました。

職員および国民年金推進員は、戸別訪問による納付督促を行って保険料を領収しますが、**納付書に直接領収印(丸印)を押印し、領収することは絶対にありません。**納付書による領収は、金融機関、コンビニおよび社会保険事務所の窓口のみで行います。

職員および国民年金推進員は、北海道社会保険事務局発行の顔写真付の身分証明書を常に携帯しますが、不審であればお近くの社会保険事務所☎011-717-4111または北海道社会保険事務局年金課☎011-204-7009でご確認ください。

☎国民健康保険課国民年金担当 ☎72-3122  
✉kokuho@city.ishikari.hokkaido.jp

## 問合せ 福祉生活課 ☎72・3194 在宅介護支援センター

在宅介護支援センターでは、在宅福祉サービスや介護予防など、高齢者全般に関する相談に応じます。ご自宅への訪問も可。  
・基幹型在宅介護支援センター  
りんくる相談センター  
(☎75・6677)  
・地域型在宅介護支援センター  
ホットライン21(花川南7・5花川病院内☎72・1121)  
・地域型在宅介護支援センター  
石狩希久の園(八幡町高岡27特別養護老人ホーム石狩希久の園内☎66・3113)



(前列右から)「りんくる」の長谷川さん、飯岡さん(後列右から)「ホットライン21」の佐々木さん、阿部さん、「希久の園」の藤下さん、山本さん

「協力ありがとうございます」

平成16年度日赤社資を募集したところ、300万1563円となりました(昨年12月末現在)。お寄せいただいた社資は国内外での災害救護活動や献血事業、日赤石狩市地区におきましては、

安全法講習会や地域福祉活動などの事業に活用させていただきます。新潟県中越地震災害義援金についても、31万8411円となりました(昨年12月末現在)。お寄せいただいた義援金は、日赤十字社北海道支部を通じて被災地に送られることになって

います。  
問合せ 日赤北海道支部石狩市地区(福祉総務課内)  
☎72・3127

## 恩給欠格者、引揚者の皆さまへ

旧軍人等で恩給等を受けていない恩給欠格者の方(該当する者の遺族の方を含む)・終戦に

## 国民健康保険税の未納はありませんか

第8期の納期限は2月28日(月)

## 国民年金の納め忘れはありませんか

国民年金の納め忘れがあると、受給時の年金額が減額されたり、障害・遺族基礎年金を受け取ることができないなどの不利益が生じる場合があります。納付期限内に納めましょう。  
問合せ 国民健康保険課国民年金担当 ☎72・3122



## 国民年金の納め忘れはありませんか

です。納期限までに忘れず納税してください。  
問合せ 国民健康保険課  
☎72・3123

国民年金の納め忘れがあると、受給時の年金額が減額されたり、障害・遺族基礎年金を受け取ることができないなどの不利益が生じる場合があります。納付期限内に納めましょう。  
問合せ 国民健康保険課国民年金担当 ☎72・3122