



児童手当を受給していない方へ

平成16年の6月分から所得制限を超えていることや未手続きなどの理由で児童手当を受けていない方は、5月中に手続きをしてください(書類受け付けした翌月から支給開始となるため)。ただし、平成16年中の所得が一定額以上の場合には、所得制限により支給されません。

現在、受給している方には、5月末に現況届の書類を発送予定です。

**対象** 小学校3年生修了前の児童を養育している方

**支給額(月額)** 第1・2子 5千円、第3子以降 1万円

**支払時期** 毎年2・6・10月(それぞれ前月分までが支給)

**提出書類**

① 児童手当等認定請求書

② 社会保険被保険者証の写し(厚生年金加入者の方のみ)

③ 児童手当所得証明書(平成17年1月1日現在石狩市に住民登録のない方)

④ 請求者本人の銀行・信金等の口座番号が分かるもの(郵便局は不可)

**問合せ** 子育て家庭課

☎ 72・3128

健康・福祉

高齢者福祉講座

**対象** 高齢者市民・福祉に関心のある方

**日程・内容**

① 5月14日(土) 高齢者福祉について ② 5月22日(日) 石狩市高齢者福祉の現状 ③ 6月11日(土) 健康づくり ④ 6月25日(土) 健康づくり体操(実技) ⑤ 7月この予定 高齢者福祉のまちづくりについて考える

**時間** 13時〜17時(ただし、④は15時まで)

**場所** 花川北コミセン(④は海洋センター)

**費用** 1講座2000円(会場費として当日徴収)

**持ち物** 筆記用具

**申込締切** 各講座実施7日前(受講時に次回申し込みが可能です)

**申込・問合せ** 石狩市高齢者と福祉を学ぶ会 田村さん

☎ 74・0112

街頭献血

**日時・場所** 5月20日(金)9時〜17時 市役所

**問合せ** 市献血推進協議会

☎ 72・3127

成人健康相談

生活習慣病や健診結果が心配な方、更年期障害など女性特有の不安・悩みの相談に保健師・栄養士が応じます。個室での相談をご希望の方はお申し出ください。前日まで申し込み受け付け。

**日時** 5月20日(金)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

こころの健康相談(予約制)

不眠・引きこもり・抑うつ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** 5月20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

機能アップコース

脳卒中後遺症・難病などで身体に障がいがあるながら在宅で生活している方を対象に開催。

**日程** 5月24日・31日、6月7日・14日・21日・28日、7月5日・12日(すべて火曜)全8回

**時間** 10時〜11時30分

**場所** りんくる

**内容** 寝返り・起き上がり・立ち上がりなどの日常生活動作訓練

そのほか 原則として医療機関や訪問等で定期的な訓練を継続している方は参加できません。

**申込・問合せ** ケアサービス担当 ☎ 72・6124

「痴呆」から「認知症」へ

以前から「痴呆」という言葉には侮蔑的な意味合いが含まれていると指摘があり、このたび、厚生労働省では「痴呆」という用語を「認知症」に変更しました。

市のサービスや広報紙などでも今後「認知症」という表現を用います。なお、医学用語等や関係法規の改正が行われるまでは、今後も「痴呆」という用語が用いられる場合があります。

**問合せ** 福祉生活課 ☎ 72・7017

認知症者の介護者交流会

認知症(痴呆症)の介護方法や対応について経験談などを話し合う集いです。

**対象** 認知症状のある方を介護しているご家族

**日時** 5月25日(水)10時〜11時30分

**場所** りんくる

※ご本人を置いて出席できない方のご相談ください。  
**申込・問合せ** ケアサービス担当 ☎ 72・6124

太極拳教室

足腰を鍛えたり、バランス感覚を養うのに効果的な太極拳を、早めの転倒予防として始めてみませんか?

**対象** 50歳以上

**日時** 5月30日〜8月8日の毎週月曜10時〜11時30分 ※初回のみ9時〜全10回

**場所** 親船会館(親船町60・7)

**費用** 3千円(保険料別)

**定員** 30人(多数時抽選)

**申込締切** 5月18日(水) 講師 森豊貴氏(もりとよたか)

**申込・問合せ** 福祉生活課 ☎ 72・7017

5月31日「世界禁煙デー」

たばこの煙の中には、200種類以上の有害物質が含まれています。ニコチンもその中の1つで、害虫駆除剤などにも使われていたほどです。また、発がん性物質については、分かっているだけでも50種類以上含まれています。それらの物質は約2日半、体内にとどまるため、さまざまな害を及ぼします。長い間たばこを吸い続けることで、多くの病気がもたらされるのです。5月31日の「世界禁煙デー」をきつ



健康・福祉

## 福祉3計画を策定

石狩市では、平成10年度に始まった高齢者・障がい者・児童・地域福祉の4分野の施策を盛り込んだ「石狩市総合福祉計画」のもとに、福祉施策の推進に努めてきました。この計画は、平成16年度で終了となることから、平成17年度からの計画策定に向け、平成15年から社会福祉審議会での審議、皆さんからの意見募集(パブリックコメント)を行い、このたび福祉に関する3つの計画を策定しました。詳しくは、石狩市ホームページをご覧ください。

### 石狩市次世代育成支援行動計画

次の世代を担う子どもと、子育て家庭を総合的に支援する「石狩市次世代育成支援行動計画＝石狩市子育て子育て支援プラン」を策定しました。計画には、すべての子育て家庭を支援する地域子育て支援システムや、子どもの夢と生きる力をはぐくむための各種支援策などが盛り込まれています。幅広い視点からさまざまな分野が連携・協力しあいながら、さらに市民が共に支えあい、子どもと子育て家庭が安心して子育て子育てができる環境づくりを目指します。

### 石狩市地域福祉計画

すべての市民が住み慣れた地域で心豊かに安心して暮らせる地域社会の創造を実現するため「石狩市地域福祉計画」を策定しました。計画では、子どもから高齢者まで、障がいのある人もない人も、すべての人々が地域において生き生きと自立した生活が送れるよう、地域住民が主体的に社会福祉活動に参加し、共に支えあえる仕組みと地域全体で生活課題を解決していく取り組みを創っていくことをねらいとしています。

### 石狩市障がい者計画

「障がいのある人もない人も、誰もが、地域の構成員として人権を尊重され、共に支えあい、住み慣れた地域で、安全に安心して暮らすことができるやさしいまち」を基本理念に策定した「石狩市障がい者計画」。主に、障がい者が地域で暮らすための住まいを確保すること、就労したくても就労に至っていない障がい者が働くことのできる環境を整えること、また誰もがいつでもより気軽に相談できる体制を整えること、といった施策の展開を図っていきます。

#### ●次世代育成支援行動計画

☎こども室子育て支援課 ☎72-3631 ☎75-1340  
✉k-shien@city.ishikari.hokkaido.jp

#### ●地域福祉計画

☎福祉総務課 ☎72-3127 ☎75-1340  
✉fsoumu@city.ishikari.hokkaido.jp

#### ●障がい者計画

☎福祉生活課 ☎72-3194 ☎75-2270  
✉fukushis@city.ishikari.hokkaido.jp  
☎福祉総務課 ☎72-3127 ☎75-1340  
✉fsoumu@city.ishikari.hokkaido.jp

**対象** 初級手話講習会などを修了した市民 ※初級手話講習会(8月23日～11月29日の全15回)についてはあらためて広報でお知らせします。

**日時** 6月2日～10月20日(8月18日を除く)毎週木曜10時～12時

**場所** りんくる

### 中級手話講習会

**対象** 60歳以上の市民

**日時・内容・場所** 6月14日～8月2日 毎週火曜(全8回) 1・7・8回目は、りんくるで室内運動や講義(10時～11時30分)2～6回目は市民プールで水中運動(11時～12時)

**定員** 25人



かけに、いまずぐ禁煙してみましょう!

**問合せ** 保健サービス担当 ☎72・3124

### ゆつたり運動コース

健康づくりの講義や室内・プールで負担が少ない運動を体験。

**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** 5月16日(月)

**申込・問合せ** 福祉生活課 ☎72・3194



### 保険・年金

**国民健康保険税の未納は:**

平成16年度の未納分は必ず5月中に納めましょう。未納がある、国民健康保険被保険者証の更新時(毎年9月末)に有効期限が1年未満の短期被保険者証、

**費用** 1600円(保険料込)

**申込方法等** 5月31日(火)までに電話で応募。応募者多数時は抽選。初めて受講される方優先。※心臓病そのほか疾病で運動が不適切と思われる方は、参加をお断りする場合があります。

**申込・問合せ** 保健サービス担当 ☎72・3124

### 20歳以上の学生の方へ

学生本人の所得が一定額以下である場合、申請により国民年金保険料を後払いできるのが「学生納付特例制度」です。承認を受けると、学生納付特例期間中に思わぬ病気やけがによつて障がいが残ったときには、障害基礎年金が満額保障されます。承認を受けた期間は、老齢基礎年金の25年の資格期間には

または国民健康保険被保険者資格証明書(医療機関窓口で10割負担)の交付となる場合があります。

**問合せ** 国民健康保険課 ☎72・3123

算入されますが、年金額には反映されません。この期間の保険料は過去10年までさかのぼって納めること(追納)ができます。この制度は、前年の所得を確認する必要があります。年度ごとに国民年金担当窓口で申請してください。5月中に申請すれば、その年度分(4月～翌年3月)が学生納付特例期間となります。手続きに必要な書類は、年金手帳・学生証(コピー可)・印鑑・学生本人に所得のある場合は源泉徴収票等が必要です。一部対象外の学校もありますので窓口で確認ください。

**問合せ** 国民健康保険課国民年金担当 ☎72・3122

また、国民健康保険被保険者資格証明書(医療機関窓口で10割負担)の交付となる場合があります。