



●こども家庭課 k-katei@city.ishikari.hokkaido.jp
●スポーツ健康課 sportsk@city.ishikari.hokkaido.jp

●保健推進課 hokens@city.ishikari.hokkaido.jp

児童手当

支払予定日 6月10日(水) ※金融機関から引き出すまでに1、2日要することがあります

【現況届を忘れずに】

提出が必要な方には書類を5月中に発送しています。提出がないと、支給要件に該当しても6月以降受給できなくなり、2年間提出されない場合は受給権が消灭しますのでご注意ください。

※公務員の方は職場にお問い合わせください

提出期間 6月1日(月)～30日(火) 8時45分～17時15分(土曜、日曜除く)

時間外受付 6月18日(木)・30日(火) 17時15分～20時 市役所にて※厚田・浜益支所では実施しません

提出・問合せ こども家庭課
72・3128、各支所

こども発達相談

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

日時 6月25日(木) 10時～15時

場所 りんくる

申込・問合せ 保健推進課

72・3124

健康・福祉

街頭献血

日時・場所 ①6月1日(月) 14時30分～17時 スーパーチエーシガ花川店 ②6月18日(木) 14時30分～17時 ビッグハウス花川店
問合せ 市献血推進協議会
72・3127

カルシウムたっぷり料理講習会

テーマは「ミルクde和食」。

日時 6月18日(木) 10時～13時

場所 りんくる

講師 食生活改善推進員

持ち物 エプロン、三角きん、ふきん

定員 20人(先着順)

費用 500円

申込締切 6月12日(金)

申込・問合せ 保健推進課
72・3124

第2回すいやかロードを歩く会

【厚田公園「恋人の聖地あいロイドコース」を歩こう！】

対象 市民 ※小学生以下は保護者同伴

日時 6月21日(日) 8時45分～15時

集合場所 りんくる(バスで移動)

現地集合の場合は、9時20分厚田公園駐車場 ※浜益からは応相談

内容 ①ノルディック・ウォーキングの簡単な講習(専用のポールは、主催者で準備) ②厚田公園内約5kmの起伏のあるコースを歩く ※ポールを持たずに歩いても可

③「厚田区民スポーツと食の体験(会場・みなくる)」に参加(試食や交流など)

持ち物 おにぎり、飲み物(水・お茶など)、歩くのに適した靴・服装

定員 45人(先着順)

費用 500円

申込締切 6月15日(月)

申込・問合せ スポーツ健康課
72・6123

肝炎検査【事前予約制】

日 時	
9時～11時30分	6月17日(水)、8月19日(水) 10月21日(水)、12月16日(水) 平成22年2月17日(水)
13時～16時30分	5月27日(水)、7月15日(水) 9月16日(水)、11月18日(水) 平成22年1月20日(水) 平成22年3月17日(水)

費用 無料 ※健診目的の場合

は有料

申込・問合せ 江別保健所保健予防係 011・383・2111

長寿医療制度(後期高齢者医療制度)

対象:75歳以上の方と一定の障害のある65歳以上の方

保険料の軽減の一部変更

※保険料は「均等割」+「所得割」の合計額です

①加入者と世帯主の軽減判定の所得合計額が33万円以下の方

保険料は、均等割が7割軽減になりますが、平成21年度は昨年度に引き続き8.5割軽減の6,300円になります。なお、対象者には見直し後の保険料額で7月中旬以降に「保険料額決定通知書」をお送りしますので、改めて手続きする必要はありません。

※世帯の加入者全員が年金収入80万円以下で、他の所得がない場合は9割軽減になります

②長寿医療制度に加入したときに、被用者保険*の被扶養者であった方

加入したときから2年間、所得割がかからず均等割が軽減されます。平成21年度の年間の保険料は、均等割が9割軽減の4,300円になります。

*被用者保険とは

全国健康保険協会管掌健康保険や組合管掌健康保険、共済組合など、いわゆるサラリーマンの健康保険のことです。市町村の国民健康保険や国民健康保険組合は、含まれません。

保険料の減免

災害などで重大な被害を受けたときやその他の特別な事情で、生活が著しく困窮し、保険料を納めることが困難な方については、保険料が減免となる場合があります。また、離職により、保険料を納めることが困難になった場合なども保険料が減免となる場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。

新しい保険証(被保険者証)の交付

現在ご使用の保険証(被保険者証)は、7月31日で有効期限が満了となり、8月以降は使用できません。7月末に新しい保険証(被保険者証)を送付します。なお、市職員などを装い、保険証(被保険者証)を詐取するといった事案が発生しています。不審な点があった場合には、お問い合わせください。

健康診査を受けましょう

糖尿病などの生活習慣病の早期発見や予防を図るためには、定期的な健康診査が重要です。長寿医療制度対象の方にはすでに「健康診査受診券」を送付していますので、自分の健康状態を知り、生活習慣を見直すために自覚症状がなくても、年1回の健康診査をすすんで受けて健康管理に努めましょう。

問合せ 国民健康保険課 72-3125

☐kokuho@city.ishikari.hokkaido.jp

北海道後期高齢者医療広域連合 ☎011-290-5601



●保健推進課 hokens@city.ishikari.hokkaido.jp
●国民健康保険課 kokuho@city.ishikari.hokkaido.jp

●障がい支援課 syougais@city.ishikari.hokkaido.jp

成人健康相談

生活習慣病やメタボリック症候群の予防・改善、女性特有の更年期障害など健康に関する相談に保健師・栄養士が応じます。

※個室希望者は申込時に要相談日時 6月29日(月)10時～11時30分(予約制)

場所 りんくる

持ち物 お持ちの方は健康手帳、健診受診者は健診結果票も

申込締切 6月26日(金)

問合せ 保健推進課

72・3124

初級手話講習会

対象 講習会期間を通して受講でき、手話に興味のある市民

日時 7月1日～10月14日の毎

週水曜全15回(9月23日除く)18

時45分～20時45分

場所 りんくる

定員 20人程度(申込多数時抽選)

費用 テキスト代のみ

申込締切 6月12日(金)

申込・問合せ 障がい支援課

72・3194



障がい者就業・生活支援センター

障がいを持つ方の「就労」を実現するために、関係機関と協力しながら、就労や生活上の支援を総合的に行っています。また、障がい者雇用を検討されている事業主からの相談も受け付けています。 ※相談無料

問合せ 石狩障がい者就業・生活支援センター のいける

〒061-3283 花畔2条1丁目9・

1 北ガスプラザ石狩2階

76・6767

noiken@hanuine.or.jp

http://www3.atworld.jp/noiken/

旧日本赤十字社救護看護婦・旧陸海軍従軍看護婦の方へ

先の大戦において、戦地などに派遣され、戦時衛生勤務に従事された方に対して、その御労苦に報いるため内閣総理大臣名の書状を贈呈しています。

請求期限 平成23年3月31日

※2年延長されました

問合せ 〒100-8926 東京都千代田区霞が関2・1・2 総務省大臣官房管理室業務担当

03・5253・5182(直通)

保険・年金

国民年金

【保険料は納期限内に納めましょう】

国民年金保険料を未納のままにしていると、老齢・障害・遺族などの基礎年金を受けられないことがあります。未納のある方は、最寄りの金融機関やコンビニエンスストアで納めましょう。納付書をなくした場合は、札幌北社会保険事務所(☎011・717・4115)へお問い合わせください。

問合せ 国民健康保険課

72・3122

年金相談センター

各社会保険事務所のほか、札幌市内2カ所に年金相談専門の窓口を開設しています。厚生年金・国民年金に関する相談や各種請求書の受付を行っています。

場所 ①麻生年金相談センター(札幌市北区北38西4) ☎011・708・7087

②札幌駅前年金相談センター(札幌市中央区北3西3 ノース3・3ビル3階)

☎011・2221・2250

相談時間 月～金曜 8時30分～17時15分 ※来訪相談のみで、電話での相談は行いません

6月の市民図書館

【月曜休館】 1日、8日、15日、22日、29日

【月末図書整理日】 26日(金)

おはなし会

本館 6日(土)、20日(土)、21日(日)、28日(日) 13:30～14:00

えい・あい館映画上映会『ザ・ビッグデー』より

『飛んだ! 明治の飛行機』『走れ! 幻の人カタクシー』ほか2本 日時 7日(日)14:00～16:00

名作を楽しむ会『その時歴史が動いた(義士武勇編)』

第2巻『三国志英雄伝 死せる孔明 中国を動かす～千年の時を超える教へ～』 蜀建國からわずか2年後、劉備は志半ばにしてこの世を去る。残された孔明は劉備の志を果たすため、宿敵・魏に戦いを挑む。(DVD上映会) 日時 11日(木)13:00～14:00

図書館雑誌リサイクル広場

保存期間を過ぎた図書館の雑誌をお譲りします。石狩市民限定で、冊数制限なし。当日は、ご住所が確認できるものをお持ちください。※無くなり次第終了 日時 20日(土)10:00～16:00

場所・申込・問合せ 市民図書館 ☎72-2000

☎ishikari-lib@mail.ishikari.ocn.ne.jp

※実施場所はすべて本館です

脳ドック検査費用助成

助成対象者 次の条件をすべて満たす方

- 石狩市の国民健康保険に加入している ●4月1日現在で満40～74歳(65歳以上の後期高齢者医療該当者を除く) ●前年度の国保税を完納している
 - 前年度助成を受けていない ●脳疾患の治療中でない ●ペースメーカーを装着していない ●閉所恐怖症など狭いところが苦手でない
- ※現在の病状・過去病歴・手術の内容などで医療機関の判断から受診できない場合もありますのでご了承ください

実施期間 7月1日～平成22年3月31日

実施医療機関 石狩幸悺会病院(花川北7-2) ☎71-2855

いしかり脳神経外科クリニック(花川北6-1) ☎71-2333

検査項目 ①MRI検査 ②MRA検査 ③血液検査 ④尿検査

⑤心電図検査 ⑥問診 ※他検診と重複する検査もありますが、脳疾患の総合的診断に必要な項目ですので、ご了承ください

自己負担額 5,000円 定員 310人 ※申込多数時抽選(平成17年度以降助成を受けていない方優先)

申込方法 申請書に必要事項を記入の上、国民健康保険課窓口、各支所へ提出(郵送も可) ※申請書は国民健康保険課窓口、各支所、花川北・花川南・八幡コミセンにあります(市HPからもダウンロード可)

申込に必要な書類等 ①印鑑 ②保険証(持参の場合のみ)

申込期間 6月1日(月)～17日(水) ※必着

助成の決定 6月下旬に文書でお知らせ ※電話での問い合わせは不可

国民健康保険課 ☎72-3123

☎kokuho@city.ishikari.hokkaido.jp