

■定員のある募集記事で特に記載のない場合、申し込みは1月4日(火)から先着順で受け付けます。対象は、市民または市内に勤務している人です。

健康・健康相談

こころの健康相談

健康推進課・松山総合支所

こころの不安がある、お酒がやめられない、眠れない、気分が落ち込む、イライラする、家族や職場などで人間関係がうまくいかない…。

専門家が、あなたのこころの健康づくりを応援します。

■定例相談

日時 1月28日(金) 10時～14時
場所 松山保健福祉センター 相談室
内容 臨床心理士による相談
申込 事前に電話で申し込み

☎ 健康推進課成人保健担当 ☎ 23-5311

■随時相談

健康推進課、社会福祉課、各総合支所保健福祉課で、保健師が相談に応じます。電話での相談も受け付けます。
☎ 健康推進課成人保健担当 ☎ 23-5311
または各総合支所保健福祉課

認知症専門相談

高齢介護課

認知症の早期発見、適切な対応方法などについての相談です。

日時 1月25日(火) 9時30分～12時
場所 松山保健福祉センター
内容 専門医による相談、介護指導
申込 1月14日(金)まで電話で申し込み
☎ 松山総合支所保健福祉課 ☎ 55-5020

国民健康保険の手続き Q & A

国民健康保険に関する手続きについてお答えします。

◆Q 入院することになり支払いが高額になりそうで心配です。何か申請できるものはありますか。

◆A 国民健康保険に加入している70歳未満の人と、70歳以上75歳未満の住民税非課税世帯の人は、申請により交付される「限度額適用認定証」または「限度額適用・標準負担額減額認定証」を医療機関の窓口で提示することにより、その世帯の自己負担限度額を支払うだけで済みます。入院することが決まったら、または入院したらすぐに申請しましょう。申請した月の初日から対象となります。
※自己負担限度額は所得などにより異なりますので、詳しくはお問い合わせください。

【申請場所】 保険給付課または各総合支所市民税務課

【必要なもの】 国民健康保険証、印鑑

☎ 保険給付課 ☎ 23-6051

生活習慣相談

健康推進課

健診の結果が気になる人や、食事、運動などの日常の過ごし方が気になる人の相談に、保健師または栄養士が応じます。

気軽に相談してください。

日時 月曜日～金曜日 8時30分～17時15分

場所 古川保健福祉プラザ(フプラザ)、各総合支所保健福祉課

持ち物 健診結果表(ある人のみ)

申込 事前に電話で申し込み

☎ 健康推進課成人保健担当 ☎ 23-5311
または各総合支所保健福祉課

日本脳炎予防接種

健康推進課

厚生労働省では、平成17年以降、日本脳炎予防接種の勧奨を控えていましたが、新型ワクチンの承認により、平成22年4月から3歳児(1期初回2回)に対する接種を勧奨することとなりました。

対象者は市内指定医療機関での接種をお願いします。予約が必要な医療機関もありますので確認してください。

なお、予防接種は各医療機関にあります。

対象 平成22年度で3歳児(大崎市に住所がある人)

料金 無料

持ち物 母子健康手帳

☎ 健康推進課母子保健担当 ☎ 23-5311

保健福祉事務所・定例相談

県北部保健福祉事務所

■思春期・青年期のひきこもり相談

日時 1月24日(月) 13時～16時
場所 県北部保健福祉事務所(大崎合同庁舎)

内容 臨床心理士による相談

対象 自宅にひきこもっている思春期・青年期の人およびその家族

料金 無料

申込 事前に電話で申し込み

■精神保健福祉相談

日時 1月20日(木) 13時30分～
場所 県北部保健福祉事務所(大崎合同庁舎)

内容 精神科医師などによる相談

対象 イライラ、眠れない、気持ちが沈む、周りの人との関係がうまくもてない、お酒・ギャンブルがやめられないなどの問題で悩んでいる人、精神科医療機関への受診を迷っている人やその家族

料金 無料

申込 事前に電話で申し込み

☎ 県北部保健福祉事務所障害者支援班 ☎ 87-8011

感染性胃腸炎にご注意ください

健康推進課

感染性胃腸炎が流行しています。感染の予防に心掛けましょう。

細菌やウイルスによる感染症で、手や食品から体内へ感染し、人の腸で増殖して嘔吐、下痢などの症状を起こします。原因となる病原体としては、ノロウイルス、ロタウイルスなどがあります。

◆手洗い、うがいを。特に食事の前、トイレの後、おむつ交換の後などに石けんと流水で手を洗う。

◆食品は十分に加熱調理(85℃・1分以上)をする。

◆タオル(手ふきタオル、バスタオル)は共用せず、個別のものを使う。

◆嘔吐物などを処理する時は、使い捨てエプロン、手袋、マスクを使用し、ペーパータオルなどで嘔吐物などが飛び散らないように静かにふき取り、消毒液で浸すように床をふく。その後、水ぶきを。その

☎ 健康推進課 ☎ 23-5311

国民年金

老齢年金受給者全員に源泉徴収票が送付されます

市民課

老齢年金は、所得税法上の雑所得として課税の対象になっています。そのため、老齢年金を受けている人全員に、1年間の年金支払い総額などを記載した「源泉徴収票」が1月下旬に日本年金機構から送付されますので、確定申告をするときに提出してください。

なお、障害年金、遺族年金は課税対象外のため、源泉徴収票は送付されません。

☎ 古川年金事務所 ☎ 23-1203
ねんきんダイヤル ☎ 0570-05-1165
市民課年金係 ☎ 23-6079

相談

県多重債務無料相談会

県北部地方振興事務所

借金の問題は必ず解決の道があります。相談は秘密厳守、弁護士と消費生活相談員が相談に応じます。

一人で悩まずに、まずは相談してみませんか。

日時 2月8日(火) 8時30分～16時30分

場所 県北部地方振興事務所(大崎合同庁舎) 県民サービスセンター

料金 無料

申込 電話または来庁して事前予約

☎ 県北部地方振興事務所 県民サービスセンター ☎ 22-5700

結婚相談会

中央公民館

自らの結婚や子どもの結婚について、みやぎ青年交流推進センターの職員が相談に応じます。(相手を紹介する場ではありません)

日時 2月8日(火) 10時～15時

場所 中央公民館

定員 8人(先着順)

料金 無料

申込 2月4日(金)まで電話で申し込み

☎ 中央公民館 ☎ 22-3001

戸別所得補償モデル対策交付金振り込み詐欺などに注意を

農林振興課

全国で戸別所得補償モデル対策交付金の支払いが始まっています。交付金の交付をよそおい、「振り込み詐欺」や「個人情報の詐取」など悪質な犯罪の発生が心配されます。交付金支払いのために加入者へ手数料を請求することなどはありませんので、不審な点がありましたら警察に連絡するほか、農林振興課まで相談してください。

☎ 農林振興課水田農業係 ☎ 23-7090

男女共同参画相談

男女共同参画相談室

夫婦および家庭の問題、夫やパートナーからの暴力、職場での問題などについて、相談員やカウンセラーが相談に応じます。一人で悩まずに、気軽に相談してください。

予約が必要な相談は、相談日の2日前までに予約してください。

■フェミニストカウンセリング(要予約)

日程	時間	場所
12日(水)	10:30～16:30	古川駅前 ふるさとプラザ
26日(水)		

■移動相談(要予約)

日程	時間	場所
5日(水)	10:00～15:00	田尻スキップセンター会議室
19日(水)		鳴子公民館 小会議室

■随時相談・電話相談

時間 月～金曜日 9時～16時
場所 古川駅前ふるさとプラザ2階
☎ 男女共同参画相談室 ☎ 24-3950

今月の納税

納期限 平成23年1月31日(月)

■市県民税・・・4期
■国民健康保険税・・・9期
■介護保険料・・・9期
■後期高齢者医療保険料・・・7期
納税は口座振替が便利です。取扱金融機関の窓口で簡単に手続きができます。
☎ 納税課収納担当 ☎ 23-5148

◆人権相談・行政相談

地域	日程	時間	場所	区分
古川	13日(木)	13:00～16:00	古川駅前 ふるさとプラザ	人権・行政
	27日(木)			人権・行政
松山	11日(火)	10:00～15:00	松山保健福祉 センター	人権
	25日(火)	13:00～16:00		行政
三本木	5日(水)	10:00～15:00	三本木 総合支所	行政
	19日(水)			人権
鹿島台	11日(火)	10:00～15:00	鹿島台総合支所 鹿島台公民館	行政
	12日(水)			人権
岩出山	21日(金)	9:00～12:00	岩出山 総合支所	行政
		10:00～15:00		人権
鳴子温泉	28日(金)	10:00～15:00	鳴子公民館	人権
田尻	20日(木)	10:00～15:00	田尻老人福祉 センター	人権
		9:00～11:00		行政

☎ 市政情報課市民相談係 ☎ 23-9125
☎ 各総合支所総務課
松山 ☎ 55-2111 三本木 ☎ 52-5830
鹿島台 ☎ 56-7111 岩出山 ☎ 72-1211
鳴子 ☎ 82-2191 田尻 ☎ 39-1111

◆市民相談・消費生活相談(常設相談)

日程	時間	場所
月～金曜日	9:00～16:00	市政情報課 (市役所東庁舎1階)

☎ 市政情報課市民相談係 ☎ 23-9125

◆移動消費生活相談

日程	時間	場所
19日(水)	14:00～16:00	鹿島台総合支所

申込 1月14日(金)まで

☎ 市政情報課市民相談係 ☎ 23-9125

◆多重債務無料法律相談

弁護士による無料法律相談。1人当たりの面接時間は約30分です。事前に必要事項の聞き取りを行います。

日程	時間	場所
① 13日(木)	13:00～16:00	消費生活センター (市役所東庁舎1階)
② 27日(木)		

申込 ① 1月11日(火)まで ② 1月21日(金)まで

☎ 市政情報課市民相談係 ☎ 21-7321

◆司法書士による相談会

日程	時間	場所
14日(金)	13:00～16:00	岩出山総合支所

申込 1月13日(木)まで

☎ 宮城県司法書士会 ☎ 022-263-6755