

## 今月のお知らせ

### 国民年金

#### 国民年金の追納

国民年金保険料の免除・納付猶予・学生納付特例を受けた期間は、保険料を全額納付したときと比べて、受け取る老齢基礎年金額が少なくなります。

免除などの期間の保険料は、10年以内であれば、さかのぼって納付できる「追納申込」があります。将来受け取る年金額を満額に近づけるためにも、追納をお勧めします。追納保険料は、免除などの承認を受けた年度の翌年度から数えて3年度目以降になると、当時の保険料の経過期間に応じた加算額が追納保険料に上乗せとなります。

追納期間や金額、納付方法など、詳しくはお問い合わせください。

**問 古川年金事務所 ☎23-1200**  
市民課年金係 ☎23-6079  
または各総合支所市民福祉課

### 健康・健康相談

#### おおさき市民健診

特定健康診査・健康診査の個別健診は12月で終了します。休診日に注意し、各医療機関を受診してください。

特定健康診査は、高血圧・脂質異常・高血糖などの血管を痛める原因を早期に発見し、生活習慣を改善することで、脳卒中・虚血性心疾患・糖尿病合併症など、重篤な病気の予防を目的とした健診です。

**健診内容** 身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査、診察など

### 12月の骨髄バンクドナー登録

**日時** 12月12日(月)・26日(月)  
11時～12時  
**場所** 大崎合同庁舎2階

※事前に電話予約が必要です。

**問 大崎保健所疾病対策班 ☎91-0714**

#### □特定健康診査

40歳～74歳の大崎市国民健康保険加入者が無料で受けられます。

#### □健康診査

19歳～39歳は1,200円、75歳以上の人と65歳以上の後期高齢者医療被保険者は無料で受けられます。

**問 健康推進課成人保健担当 ☎23-5311**  
または各総合支所市民福祉課

#### こころの健康相談

こころの健康に不安がある人の相談に、臨床心理士が応じます。

**日時** 12月9日(金) 10時～14時  
**場所** 古川保健福祉プラザ(フプラザ)  
**申込** 事前に電話で申し込み

**問 健康推進課成人保健担当 ☎23-5311**

#### 女性の健康相談

女性医師が相談に応じます。

**日時** 12月3日(木) 14時～16時  
**場所** 市民活動サポートセンター  
**申込** 県女医会女性の健康相談室(☎090-5840-1993)に電話で申し込み  
**問 県健康推進課 ☎022-211-2623**

#### 保健福祉事務所の定例相談

##### □アルコール関連問題相談

**日時** 12月6日(火) 11時～16時  
**場所** 大崎合同庁舎2階  
**内容** 精神保健福祉士による相談  
**対象** アルコール問題やギャンブル依存などで困っている人とその家族  
**申込** 事前に電話で申し込み

##### □精神保健福祉相談

**日時** 12月15日(木) 13時30分～15時  
**場所** 大崎合同庁舎2階

**内容** 精神科の医師などによる相談  
**対象** こころの健康に不安を持っている人  
**申込** 事前に電話で申し込み  
**問 県北部保健福祉事務所母子・障害第二班 ☎87-8011**

#### 認知症高齢者の介護家族交流会

介護で感じた不安や悩みを、同じ立場の人同士で話してみませんか。

**日時** 12月22日(木) 10時～12時  
**場所** 田尻スキップセンター  
**対象** 認知症高齢者を介護する家族  
**内容** ミニ講座「対応の工夫(口腔ケア)」、座談会  
**申込** 12月21日(水)まで電話で申し込み  
**問 田尻総合支所市民福祉課 ☎38-1155**

#### 家族介護教室・介護家族者交流

**日時** 12月9日(金) 10時～12時  
**場所** 吉野作造記念館  
**内容** 介護保険の利用の仕方  
**対象** 高齢者を介護している家族  
**申込** 事前に電話で申し込み  
**問 特定非営利活動法人ハッピーート大崎 ☎090-8610-8870**

#### 認知症専門相談

相談日の前に、申込者の自宅に訪問し、相談内容を伺います。

**日時** 12月27日(火) 9時30分～12時  
**場所** 古川保健福祉プラザ(フプラザ)  
**対象** 認知症が疑われる高齢者、認知症介護の相談をしたい人  
**内容** 専門医による相談・介護指導  
**申込** 12月16日(金)まで電話で申し込み  
**問 高齢介護課地域支援係 ☎23-2511**

#### 若年性認知症の方と家族のつどい

経験や悩みを語り合いながら、仲間づくりをしませんか。

**日時** 12月21日(火) 10時～12時  
**場所** 大崎合同庁舎  
**対象** 若年性認知症と診断された人、その家族  
**内容** 交流会、レクリエーション、軽体操など  
**申込** 12月20日(火)まで電話で申し込み  
**問 高齢介護課地域支援係 ☎23-2511**

### 相談

#### 男女共同参画相談

夫婦や家庭の問題、配偶者からの暴力、職場での問題などの相談に、相談員やカウンセラーが応じます。

**場所** 古川駅前ふるさとプラザ2階  
**□フェミニストカウンセリング(要予約)**  
**日時** 12月14日(火)・28日(火) 10時30分～16時30分  
※2日前までに予約してください。

##### □面接・電話相談(随時受付)

**日時** 月～金曜日 9時～16時  
**問 男女共同参画相談室 Withおおさき ☎24-3950**

#### 生活困窮者自立支援相談

生活上の悩みや心配ごとの相談、自立に向けた計画の作成を行っています。

##### □面接相談

**日時** 月～土曜日 10時～17時  
**場所** 大崎市自立相談支援センター(リオーネふるかわ内)  
※遠方の場合は、訪問して相談に応じます。

**申込** 事前に電話で申し込み

##### □巡回相談

**日時** 12月7日(火) 10時～16時  
**場所** 岩出山公民館  
**申込** 事前に電話で申し込み  
**問 大崎市自立相談支援センター ☎25-5581**

#### 青少年相談

いじめや不登校など、教育問題の悩みを相談してみませんか。

**日時** 月～金曜日 9時～17時  
**場所** 青少年センター(中央公民館内)  
**申込** 電話・面接で随時受け付け  
**問 青少年センター ☎24-3741**

#### 就職支援セミナー・就職相談

**日時** 12月6日(火)、13日(火)、20日(火)  
就職支援セミナー:10時～11時50分、個別就職相談:13時・14時・15時(各50分程度)

**場所** 古川駅前ふるさとプラザ4階  
**対象** 44歳以下で休職中の人  
**定員** 就職支援セミナー:各先着10人、個別就職相談:各先着2人  
**申込** 事前に電話で申し込み  
**問 みやぎジョブカフェ ☎022-217-3562**

#### 中小企業・創業融資相談

日本政策金融公庫の融資担当者が、融資や創業に関する事業計画の立て方などの相談に無料で応じます。

**日時** 毎週水曜日 10時30分～15時  
**場所** 古川商工会議所  
**対象** 中小企業の人、創業予定の人  
**申込** 前日までに電話で申し込み  
**問 古川商工会議所中小企業相談所 ☎24-0055**

#### 人権週間特設相談所

家庭内の問題やいじめ、職場関係など、人権問題の相談に無料で応じます。

地域	期日	場所
古川	12月8日(木)	古川駅前ふるさとプラザ
松山	12月6日(火)	松山総合支所
三本木	12月7日(水)	三本木総合支所
鹿島台	12月7日(水)	鹿島台総合支所
岩出山	12月5日(月)	岩出山総合支所
鳴子温泉	12月9日(金)	鳴子公民館
田尻	12月15日(木)	田尻総合支所

**時間** 10時～15時

**問 市政情報課市民相談担当 ☎23-9125**  
または各総合支所地域振興課

### 12月の相談日

#### □人権相談・行政相談

**古川地域**(古川駅前ふるさとプラザ2階)  
行政:12月8日(木)・22日(木) 13時～16時  
人権:12月8日(木) 10時～15時、22日(木) 13時～16時  
**問 市政情報課市民相談担当 ☎23-9125**

**松山地域**(松山総合支所)  
人権:12月27日(火) 10時～15時  
行政:12月27日(火) 13時～16時  
**問 松山総合支所地域振興課 ☎55-2111**

**三本木地域**(三本木総合支所)  
行政:12月7日(火) 10時～15時  
人権:12月12日(月) 10時～15時  
**問 三本木総合支所地域振興課 ☎52-2111**

**鹿島台地域**(鹿島台総合支所)  
行政:12月13日(火) 10時～15時  
人権:12月7日(火) 10時～15時  
**問 鹿島台総合支所地域振興課 ☎56-7111**

**岩出山地域**(岩出山総合支所)  
行政:12月16日(金) 9時～12時  
人権:12月5日(月) 10時～15時  
**問 岩出山総合支所地域振興課 ☎72-1211**

**鳴子温泉地域**(鳴子公民館)  
人権:12月9日(金) 10時～15時  
**問 鳴子総合支所地域振興課 ☎82-2191**

**田尻地域**(田尻総合支所)  
行政:12月15日(木) 10時～12時  
人権:12月15日(木) 10時～15時  
**問 田尻総合支所地域振興課 ☎39-1111**

**□市民相談・消費生活相談(常設相談)**  
**日時** 月～金曜日 9時～16時  
**場所** 市政情報課  
**問 市政情報課市民相談担当 ☎23-9125**  
消費生活センター ☎21-7321

**□弁護士による多重債務無料法律相談**  
**日時** 12月7日(火)・14日(火)・21日(火)  
13時～16時(面接時間は30分)  
**場所** 消費生活センター  
**申込** 各相談日の前日まで電話で申し込み(受付時間は平日9時～16時)  
**問 消費生活センター ☎21-7321**

**□司法書士による相談会(完全予約制)**  
**日時** 12月9日(金) 13時～16時  
**場所** 岩出山総合支所  
**申込** 12月8日(木)まで電話で申し込み  
**問 宮城県司法書士会 ☎23-1802**

消費者問題などで困ったときには、消費生活センター(☎21-7321)に相談してください。