**●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。

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

■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。

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 10時～14時

場所　古川保健福祉プラザ（fプラザ）

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

**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　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

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　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　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

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　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日まで電話で申し込み

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　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

特定非営利活動法人ハッピィート大崎 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　9時30分～12時

場所　古川保健福祉プラザ（f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日まで電話で申し込み

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　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日まで電話で申し込み

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・28日　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

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　10時～16時

場所　岩出山公民館

申込　事前に電話で申し込み

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

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、13日、20日　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

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

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 | 古川駅前ふるさとプラザ |
| 松山 | 12月6日 | 松山総合支所 |
| 三本木 | 12月7日 | 三本木総合支所 |
| 鹿島台 | 12月7日 | 鹿島台総合支所 |
| 岩出山 | 12月5日 | 岩出山総合支所 |
| 鳴子温泉 | 12月9日 | 鳴子公民館 |
| 田尻 | 12月15日 | 田尻総合支所 |

時間　10時～15時

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・22日13時～16時

人権：12月8日 10時～15時、22日13時～16時

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 10時～15時

行政：12月27日 13時～16時

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 10時～15時

人権：12月12日 10時～15時

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 10時～15時

人権：12月7日 10時～15時

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 9時～12時

人権：12月5日 10時～15時

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 10時～15時

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 10時～12時

人権：12月15日 10時～15時

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

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・14日・21日　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）

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　13時～16時

場所　岩出山総合支所

申込　12月8日まで電話で申し込み

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。

**●12月の献血**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 10日 | イオン古川店（古川旭） | 10:00～11:45 13:00～16:30 |
| 17日 | イオンタウン古川（古川沢田） | 10:00～11:45 13:00～16:30 |
| 19日 | 大崎市民病院 | 13:30～17:00 |
| 24日 | イオン古川店（古川旭） | 10:00～11:45 13:00～16:30 |

● 本人確認が必要です。運転免許証や健康保険証などを持参してください。

● 献血への協力と会場を提供することができる企業を募集しています。

詳しくは、社会福祉課(23-6012)へお問い合わせください。

宮城県赤十字血液センター 022-354-7070

**●12月の骨髄バンクドナー登録**

日時　12月12日・26日　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。

大崎保健所疾病対策班　91-0714