**国民年金**

**社会保険料控除証明書は大切に保管してください**

　国民年金保険料は、所得税と住民税の申告の際に、納付した全額が社会保険料控除の対象となります。

　平成31年1月から令和元年12月までに納付した保険料が該当し、家族の保険料も合わせて控除が受けられます。

　平成31年1月1日から令和元年9月30日までに納付した人には、11月上旬、10月1日以降に初めて納付した人には令和2年2月上旬に、1年間の納付見込額を記載した「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が、日本年金機構から送付されます。

　「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」は、年末調整や確定申告まで大切に保管してください。

問い合わせ　古川年金事務所 23-1200

**11月30日は「年金の日」**

　厚生労働省では、国民一人ひとりが高齢期の生活設計に思いを巡らす日として、11月30日を「年金の日」と定めています。この機会に、「ねんきん定期便」や「ねんきんネット」で自分の年金記録と年金受給見込み額を確認し、未来の生活設計を考えてみませんか。

　また、日本年金機構では、11月を「ねんきん月間」と位置付け、公的年金制度の普及・啓発活動をしています。

　詳しくは、日本年金機構ウェブサイト（https://www.nenkin.go.jp）で確認するか、お問い合わせください。

問い合わせ　古川年金事務所 23-1200

**健康・健康相談**

**おおさき市民健診**

　申し込んでいない健診でも受診することができます。

■集団検診（乳がん検診）

大貫地区公民館

期日　11月12日

時間　8時30分～9時、9時30分～10時

・田尻スキップセンター

期日　11月13日・14日・15日

時間　8時30分～9時、9時30分～10時、12時30分～13時30分

※託児は、14日のみ9時～11時まで実施します（要予約）。

鹿島台保健センター

期日　11月19日～22日

時間　8時30分～9時、9時30分～10時、12時30分～13時30分

個別健診

　市内の実施医療機関で受診できます。

期間　11月末まで

内容　特定健康診査、健康診査、乳がん検診、子宮頸がん検診

問い合わせ　健康推進課成人保健担当 23-5311　 各総合支所市民福祉課

**家族介護教室・家族介護者交流**

　高齢者を介護している家族の心身の負担軽減、リフレッシュなどを図るためのミニ学習会と交流会です。

日時　11月8日　10時～11時30分

場所　吉野作造記念館

内容　薬の正しい飲み方・管理方法

申込　11月5日まで電話で申し込み

問い合わせ　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**

　認知症に関する医療サービスや介護サービス、対応など専門医が相談に応じます。

日時　11月26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　11月8日まで電話で申し込み

問い合わせ 高齢介護課高齢福祉係 23-6085

**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 | 場所 |
| 11月11日・21日 10:00～14:30 | 古川保健福祉プラザ（fプラザ） |
| 11月8日 10:00～14:30 | 松山保健福祉センター |

申込　事前に電話で申し込み

問い合わせ　健康推進課成人保健担当 23-5311

松山総合支所市民福祉課 55-5020

**保健福祉事務所の定例相談**

|  |  |
| --- | --- |
| 日時 | 相談内容 |
| 11月5日11:00～16:00 | アルコール関連問題など |
| 11月15日14:00～15:00 | 精神保健福祉 |
| 11月18日13:00～16:00 | 思春期・青年期ひきこもり |

場所　大崎合同庁舎2階

申込　事前に電話で申し込み

問い合わせ 県北部保健福祉事務所母子・障害第二班 87-8011

**相談**

**配偶者、パートナーからの暴力（DV）相談**

　専門相談員が配偶者やパートナーからの暴力に関する無料の電話相談、面接相談を行っています。秘密は守られますので、安心してご相談ください。

日時　月～金曜日　9時～16時

場所　子育て支援課

問い合わせ 子育て支援課子ども家庭相談係23-6048

**自立支援相談**

■生活困窮者自立支援相談（面接相談）

　生活の悩みや心配ごとの相談、自立に向けた計画を作成しませんか。

日時　月～金曜日　9時～16時

場所　大崎市自立相談支援センターひありんく（古川旭5-3-3STビルB棟）

申込　事前に電話で申し込み

■くらしとしごと相談（巡回相談）

　生活や仕事の悩み、心配ごとなど支援員が相談に応じます。

日時　11月13日　10時～16時

場所　三本木公民館

申込　事前に電話で申し込み

問い合わせ 大崎市自立相談支援センター 25-5581

**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。

■フェミニストカウンセリング（要予約）

日時　11月13日・27日　10時30分～16時30分

※2日前までに予約してください。

場所　市民病院健康管理センター3階（古川千手寺町）

■面接・電話相談（随時受付）

日時　月～金曜日　9時～16時

場所　市民病院健康管理センター3階（古川千手寺町）

問い合わせ 男女共同参画相談室 Withおおさき 24-3950

**就職決定の総合相談窓口**

　就職や仕事に係る悩みについて一緒に考えてみませんか。

日時　月～金曜日　10時～17時

場所　みやぎ北若者サポートステーション（古川旭5-3-3STビルB棟）

対象　15歳～39歳の無職の人、その家族

申込　事前に電話で申し込み

問い合わせ みやぎ北若者サポートステーション　21-7022

**移動結婚相談会**

　結婚や生き方について相談してみませんか。専門相談員が指導・助言を行います。

日時　11月14日　10時～15時

場所　中央公民館

対象　49歳までの独身の人、またはその家族

定員　4人（予約制）

申込　みやぎ青年婚活サポートセンター（022-293-4638）へ事前申し込み

問い合わせ 中央公民館事業担当 22-3001

**青少年相談**

　児童・生徒自身に限らず、保護者の悩みなども受け付けています。

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　事前に電話で申し込み

問い合わせ 青少年センター 24-3741

**宮城県旧優生保護法一時金受付・相談**

　「旧優生保護法に基づく優生手術等を受けた者に対する一時金の支給等に関する法律」に基づき、一時金を請求される人のため、宮城県が受付・相談窓口を開設しています。

　請求される場合は、宮城県ウェブサイト（https://www.pref.miyagi.jp/）を確認するか、お問い合わせください。

日時　月曜～金曜日（祝日、年末年始を除く）　9時～17時

場所　宮城県庁（仙台市青葉区本町）

問い合わせ 県保健福祉部子ども・家庭支援課内専用ダイヤル 022-211-2322

**11月の骨髄バンク ドナー登録**

日時　11月11日・25日　11時～11時30分

場所　大崎合同庁舎2階

※事前に電話予約が必要です。

問い合わせ 大崎保健所疾病対策班 91-0714

**11月の献血**

問い合わせ　 宮城県赤十字血液センター 022-290-2515

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1日 | 古川警察署 | 13:30～14:30 |
| 三本木総合支所 | 15:30～17:00 |
| 7日 | 古川消防署（古川千手寺町） | 10:00～11:30 |
| 大崎市水道部（上古川） | 16:00～16:50 |
| 17日 | イオンタウン古川（古川沢田） | 10:00～11:45 13:00～16:30 |

※ 初めて献血する人は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。荒天の場合、日程の変更や中止になることがあります。

**人権相談・行政相談**

**■古川地域（市政情報課）**

人権：11月14日28日　13時～16時

行政：11月14日28日　13時～16時

問い合わせ　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：11月26日 10時～15時

行政：11月26日 13時～16時

問い合わせ 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：11月6日 10時～15時

人権：11月18日 10時～15時

問い合わせ 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：11月12日 10時～15時

人権：11月13日 10時～15時

問い合わせ 鹿島台総合支所地域振興課 56-7111

■岩出山地域（11月3日 JAメルカド四季彩館、11月15日 岩出山総合支所）

人権：11月3日 10時～15時

行政：11月3日・15日　 9時～12時

問い合わせ 岩出山総合支所地域振興課 72-1211

**■鳴子温泉地域（行政：鳴子スポーツセンター、人権：鳴子公民館）**

行政：11月9日10日　 10時～15時

人権：11月22日 10時～15時

問い合わせ 鳴子総合支所地域振興課 82-2191

**■田尻地域（田尻スキップセンター）**

人権：11月21日 10時～15時

行政：11月21日 10時～12時

問い合わせ 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、消費生活センター

問い合わせ 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　11月13日・20日・27日　13時～16時（面接時間は30分）

場所　消費生活センター

定員　各回6人

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）

問い合わせ 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　11月14日　13時～16時

場所　岩出山総合支所

申込　11月13日まで電話で申し込み

問い合わせ 宮城県司法書士会 23-1802

消費者ホットライン 188

近くの消費生活センターにつながります。（全国共通）