

参加料の記載のないものは無料です。／市外局番(0154)を省略しています。／市役所本庁舎は「市役所」、市役所防災庁舎は「防災庁舎」に省略しています。

税・保険・年金

10月31日(月)は左記の市税等の納期限です

- ・市道民税(第3期)
- ・国民健康保険料(第5期)
- ・後期高齢者医療保険料(第5期)
- ・介護保険料(第5期)
- ※いずれも普通徴収分
- ・10月分保育園保育料

●市税等 休日の納付相談窓口
 10月22日(土)午前9時～午後5時
 ◆相談・連絡等のない市税等の滞納に対しては、動産・不動産を問わず差し押さえを執行し厳しく対処しています。納付にあたってお困りの際は、納税課までご相談ください。

●国民健康保険の更新に
 伴う郵送のお知らせ
 毎年11月中旬に新しい保険証を郵送します。簡易書留での郵送を希望される方は、はがきに住所、氏名、簡易書留希望と記載し、10月14日(金)(必着)までに左記へ郵送してください。

●健康保険の加入・脱退
 手続きをお忘れなく
 国民皆保険の制度により、全国協会けんぽ等の健康保険に加入している方以外、国民健康保険の加入が義務付けられています。転入や退職等で健康保険の加入期間が終了する方は、忘れずに加入の手続きをしてください。また、国保に加入中で、新たに全国協会けんぽ等の健康保

険の適用になった方は、国保脱退の手続きが必要になります。それぞれの手続きについては詳しくは左記連絡先までお問い合わせください。
 国民健康保険課課長(☎31-4528)

秋の自主清掃
 ○10月15日(土)から23日(日)までの期間で、町内会、学校関係、その他各団体が実施日を設定してください。
 ○実施する町内会は、10月11日(火)までに、実施計画書を市役所2階連合町内会に提出してください。連合町内会に加入していませんが計画書が届いていない町内会は、環境事業課(☎31-4551)に申し出てください。
 ○自主清掃では、道路や公園等公共の場を清掃してください。
 ○集めたごみは、「環境美化活動用ごみ袋」(ポラントニア袋)または「自主清掃と表示した透明か半透明の袋」に入れ、可燃ごみの収集日に可燃ごみと同じ場所に排出してください。
 ○ごみ処理施設へ自己搬入する場合は、処理手数料が掛かります。
 連合町内会事務局(☎23-101)、環境事業課廃棄物対策担当(☎31-4551)

環境

●「市民みんなできれいなマチに」ポスターコンクール作品展
 10月6日(木)～12日(水) 1階MOO1階
 環境事業課廃棄物対策担当(☎31-4551)
 ●ごみ処理施設等バス見学会参加者募集
 10月18日(火)午後1時～4時30分(雨天決行)
 集合 市役所1階ロビー
 見学コース 資源リサイクルセンター、鉦路広域連合清掃工場(☎40人)

●環境事業課からのお知らせ
 「脳卒中」を
 開催します
 ファイブ・コグ検査を用いた脳の健康度テストと認知症予防の講話を行います。
 ①10月19日(水)、②11月2日(水)各午前10時～11時30分
 防災庁舎5階会議室
 ③おおむね65歳以上で両日参加できる市民(認知症と診断されている方は対象外です)
 ④40人
 ⑤①ファイブ・コグ検査、②検査結果の返却と解説、講話
 ⑥10月11日(火)から電話で介護高齢課高輪福祉担当(☎23-5185)へ。

●親子料理教室
 10月13日(木)午前9時40分～正午
 所まなぼつと幣舞6階クッキングスタジオ
 ②2歳以上のお子さんとその保護者15組(要予約)
 ③エプロン、三角巾等持参
 ④400円
 ⑤東部子育て支援拠点センター(☎65-9912)

●乳歯のお手入れ
 10月18日(火)午前10時30分～11時30分
 ⑤5カ月以上のお子さんとその保護者20組(要予約)
 ⑥西部子育て支援拠点センター(☎65-6112)

●子育て教室
 10月19日(水)11月9日の毎週水曜日午後2時～3時30分(全4回)
 ⑥平成28年4月2日～6月30日生まれた乳児とその保護者15組(要予約、第一子の親子で4回全てに出席できる方)
 ⑦東部子育て支援拠点センター(☎65-9912)

●大人のエクササイズチャレンジ
 10月20日(木)午前10時30分～11時30分
 ⑤5カ月以上のお子さんとその保護者20組(要予約)
 ⑥親子つどいの広場昭和(☎55-2231)

●お話だすき
 10月25日(火)午前10時30分～11時30分
 ⑥1歳以上のお子さんとその保護者20組(要予約)

●「脳卒中」を
 開催します
 ファイブ・コグ検査を用いた脳の健康度テストと認知症予防の講話を行います。
 ①10月19日(水)、②11月2日(水)各午前10時～11時30分
 防災庁舎5階会議室
 ③おおむね65歳以上で両日参加できる市民(認知症と診断されている方は対象外です)
 ④40人
 ⑤①ファイブ・コグ検査、②検査結果の返却と解説、講話
 ⑥10月11日(火)から電話で介護高齢課高輪福祉担当(☎23-5185)へ。

福祉

●認知症サポーター
 スキルアップ講座
 認知症に対する正しい知識、理解をさらに深めて、より実践的にするための講座です。

日程	会場	申込先
10/4(火)	コアかがやき(愛国191-5511)	中部北地域包括支援センター(☎36-1233)
10/20(木)	桜ヶ岡中央会館(桜ヶ岡4-3-28)	東部南地域包括支援センター(☎42-8222)
10/26(水)	まなぼつと幣舞(幣舞町4-28)	東部北地域包括支援センター(☎42-0600)
10/27(木)	コア鳥取(鳥取北8-3-10)	西部地域包括支援センター(☎55-2666)
11/18(金)	道東勤医協会館(治水町3-5)	中部南地域包括支援センター(☎24-1102)

●「脳卒中」を
 開催します
 ファイブ・コグ検査を用いた脳の健康度テストと認知症予防の講話を行います。
 ①10月19日(水)、②11月2日(水)各午前10時～11時30分
 防災庁舎5階会議室
 ③おおむね65歳以上で両日参加できる市民(認知症と診断されている方は対象外です)
 ④40人
 ⑤①ファイブ・コグ検査、②検査結果の返却と解説、講話
 ⑥10月11日(火)から電話で介護高齢課高輪福祉担当(☎23-5185)へ。

●親子料理教室
 10月13日(木)午前9時40分～正午
 所まなぼつと幣舞6階クッキングスタジオ
 ②2歳以上のお子さんとその保護者15組(要予約)
 ③エプロン、三角巾等持参
 ④400円
 ⑤東部子育て支援拠点センター(☎65-9912)

●乳歯のお手入れ
 10月18日(火)午前10時30分～11時30分
 ⑤5カ月以上のお子さんとその保護者20組(要予約)
 ⑥西部子育て支援拠点センター(☎65-6112)

●子育て教室
 10月19日(水)11月9日の毎週水曜日午後2時～3時30分(全4回)
 ⑥平成28年4月2日～6月30日生まれた乳児とその保護者15組(要予約、第一子の親子で4回全てに出席できる方)
 ⑦東部子育て支援拠点センター(☎65-9912)

●大人のエクササイズチャレンジ
 10月20日(木)午前10時30分～11時30分
 ⑤5カ月以上のお子さんとその保護者20組(要予約)
 ⑥親子つどいの広場昭和(☎55-2231)

●お話だすき
 10月25日(火)午前10時30分～11時30分
 ⑥1歳以上のお子さんとその保護者20組(要予約)

●「脳卒中」を
 開催します
 ファイブ・コグ検査を用いた脳の健康度テストと認知症予防の講話を行います。
 ①10月19日(水)、②11月2日(水)各午前10時～11時30分
 防災庁舎5階会議室
 ③おおむね65歳以上で両日参加できる市民(認知症と診断されている方は対象外です)
 ④40人
 ⑤①ファイブ・コグ検査、②検査結果の返却と解説、講話
 ⑥10月11日(火)から電話で介護高齢課高輪福祉担当(☎23-5185)へ。

子育て・教育

●親子料理教室
 10月13日(木)午前9時40分～正午
 所まなぼつと幣舞6階クッキングスタジオ
 ②2歳以上のお子さんとその保護者15組(要予約)
 ③エプロン、三角巾等持参
 ④400円
 ⑤東部子育て支援拠点センター(☎65-9912)

●乳歯のお手入れ
 10月18日(火)午前10時30分～11時30分
 ⑤5カ月以上のお子さんとその保護者20組(要予約)
 ⑥西部子育て支援拠点センター(☎65-6112)

●子育て教室
 10月19日(水)11月9日の毎週水曜日午後2時～3時30分(全4回)
 ⑥平成28年4月2日～6月30日生まれた乳児とその保護者15組(要予約、第一子の親子で4回全てに出席できる方)
 ⑦東部子育て支援拠点センター(☎65-9912)

●大人のエクササイズチャレンジ
 10月20日(木)午前10時30分～11時30分
 ⑤5カ月以上のお子さんとその保護者20組(要予約)
 ⑥親子つどいの広場昭和(☎55-2231)

●お話だすき
 10月25日(火)午前10時30分～11時30分
 ⑥1歳以上のお子さんとその保護者20組(要予約)

●「脳卒中」を
 開催します
 ファイブ・コグ検査を用いた脳の健康度テストと認知症予防の講話を行います。
 ①10月19日(水)、②11月2日(水)各午前10時～11時30分
 防災庁舎5階会議室
 ③おおむね65歳以上で両日参加できる市民(認知症と診断されている方は対象外です)
 ④40人
 ⑤①ファイブ・コグ検査、②検査結果の返却と解説、講話
 ⑥10月11日(火)から電話で介護高齢課高輪福祉担当(☎23-5185)へ。

各種相談・救急当番病院・各種がん検診

各種相談
 ●お酒の悩み相談(健康推進課 ☎31-4525)
 10月12日(水)午後1時～3時/防災庁舎3階相談室3(スズラン)※まずは防災庁舎4階、健康推進課にお越しください。
 ●こころの健康相談※秘密厳守(鉦路保健所 ☎22-1233)
 面談相談=予約制/電話相談=月～金曜日午前9時～午後5時(祝日、夜間除く)
救急当番病院
 ●鉦路市夜間急病センター(住吉2-12-37 ☎44-6776)
 診療科目=内科、小児科/受付時間=午後6時30分～翌午前6時30分/診療時間=午後7時～翌午前7時
 ●救急医療情報案内センター(☎0120-20-8699 携帯電話・PHS 011-221-8699)
 ●休日緊急歯科診療※日曜日、祝日(城山2-2-15 鉦路歯科医師会館内 ☎42-8336) / 時間=午前10時～午後0時30分、午後2時～4時
 ●小児救急電話相談【プッシュ】(☎#8000) / 【その他】(☎011-232-1599) 時間=午後7時～翌午前8時
日曜がん検診申し込み受け付け中(胃・肺・大腸・乳・子宮頸がん)
 11月27日(日)/10月27日(木)から、鉦路がん検診センター(☎37-3370)へ。

胃がん・肺がん検診

※実施曜日は月～金曜日、第1・3土曜日です。
 ④40歳以上(1年に1回のみ受診可)/⑤受診日の5日前までに直接、鉦路がん検診センター(☎37-3370)へ。

検診項目・内容	料金	検診機関
胃がん(バリウム検査)	1,120円	鉦路がん検診センター(☎37-3370)
肺がん X線のみ	370円	
X線・喀痰検査	960円	

●巡回バス検診も実施します(胃がん・肺がん・大腸がん検診)

実施日	検診会場	実施日	検診会場
10月	11日(火) 駒場会館	10月	25日(火) 美原第1集会所
	12日(水) 老人福祉センター		26日(水) 美原第3集会所
	13日(木) 清風荘		27日(木) 美原第4集会所
	18日(火) 新橋会館		29日(土) 美原会館
	19日(水) 文苑会館		30日(日) 美原会館

※「総合がん検診受診券」は利用できません。
【各検診共通】 ※生活保護受給世帯の方は、受給証明書持参で無料となります。「総合がん検診受診券」「無料クーポン券」も利用できます(対象者のみ)。/ 健康推進課(☎31-4524)

子宮頸(けい)がん・乳がん・大腸がん検診

④子宮頸がん検診は20歳以上で偶数年齢の女性、乳がん検診は40歳以上で偶数年齢の女性(2年に1回のみ受診可)、大腸がんは40歳以上の市民(1年に1回受診可)/⑤直接下記の検診機関へ。

検診項目・内容	料金	検診機関・対象
子宮頸がん(頸部細胞診)	1,070円	鉦路がん検診センター
乳がん(マンモグラフィ)	1,240円	上記以外の検診機関
	1,030円	40歳以上
大腸がん(便潜血検査)	540円	鉦路がん検診センター
	620円	上記以外の検診機関

検診機関	子宮	乳
鉦路がん検診センター(☎37-3370)	○	○
鉦路孝仁会記念病院(☎0120-133-527)	○	○
鉦路赤十字病院(☎22-7171)	○	○
鉦路労災病院(☎22-7191)	○	○
市立鉦路総合病院(☎41-6121)	○	○
足立産科婦人科医院(☎25-7788)	○	-
くしろレディースクリニック(☎32-1020)	○	-
道東勤医協鉦路協立病院(☎24-6811)	-	○

※大腸がんの検診医療機関は、市ホームページでご確認いただくか、健康推進課へお問い合わせください。