



福祉・健康

●介護保険料・後期高齢者医療保険料の納期 納付書で納める方の第2期分の納期限は、8月31日(水)です。納付には、納め忘れないで便利で確実な口座振替をご利用ください。市税等収納取扱金融機関または市役所(介護福祉課または保険年金課で、振替を希望する納期限の45日前までに手続してください。)

●介護保険料・後期高齢者医療保険料の休日窓口を開設 日時 8月27日(土)の午前9時～午後4時 場所 市役所介護福祉課・保険年金課 (介護福祉課係、保険年金課係) ●元気歯つらつ健口講座 安全で楽しい食生活を目指し、口腔体操で噛む力・飲み込む力を向上して誤嚥性肺炎を予防しましょう(参加費無料)。日時 9月26日、10月3日・17日・31日、11月14日・28日(いずれも月曜日/全6回) 場所 あいぼっく

●高齢者介護予防サービス 左の表のとおり行います。期 間10月～12月 場所 あいぼっく 対象 65歳以上で健康を維持したい方 ※要支援・要介護認定を受けている方を除く 定員 各15人(多数抽選) 参加費 1回250円 申込 8月5日までにあすはの会事務室(あいぼっく内)へ ※電話での申し込みは不可 その他 詳しくは、同会事務局 544-5033へ (介護保険係)

	午前の部 10時30分～正午	午後の部 1時30分～3時
月	筋力トレーニング	健康維持体操
火	健康維持体操 音楽療法(基本クラス)	筋力トレーニング
水	健康維持体操	筋力トレーニング
木	筋力トレーニング	健康維持体操 音楽療法
金	健康維持体操 音楽療法	健康維持体操

●出張ひろば おもちゃで遊びながら親子で交流しましょう。みんなで歌ったりパネルシアターを見たりする時間もあります。育児相談もできます(申込不要)。日時 8月19日(金) 場所 緑会館 9月16日(金) 場所 福島会館 ※いずれも午前10時～11時30分 対象 0～3歳のお子さんと保護者 (子育てひろばなしのき 543-6716)

●保健衛生講習会 保健師による手洗い指導や育児相談を行います(参加費無料/申込不要)。日時 9月1日(木)の午前10時30分～11時30分 場所 児童センター「ばれっと」 対象 未就学児と保護者

●しつけの第一歩「親学のすすめ」子育てやしつけのこころについて考えます(参加費無料)。日時 9月5日(月)の午前10時～11時30分 場所 児童センター「ばれっと」 対象 未就学児と保護者 定員 15人(申込順) 保育未就学児15人



●特別障害者手当・障害児福祉手当・特別児童扶養手当・重度心身障害者手当の現況届の提出を現在受給中の方に現況届を送付します。必要事項を記入し提出してください。提出のない場合には、手当を受けられなく



●はじめて赤ちゃんのための育児講座 日時 8月31日、9月7日・14日(いずれも水曜日/全3回)の午前10時～11時30分 場所 児童センター「ばれっと」 対象 平成28年4月～5月生まれの赤ちゃん(第1子)と保護者 ※市外在住の方を除く 内容 ベビーマッサージ、からだの話、遊びの話 定員 12組(多数抽選) 申込 往復はがきまたは電子メールに「はじめて赤ちゃんのための育児講座」と、住所・保護者氏名(ふりがな)・電話番号、お子さんの氏名(ふりがな)・生年月日・性別を記入し、次の送付先へ(1人1通のみ) 郵送 8月12日(必着)までに〒196-8511 市役所子ども家庭支援センター(返信面にも住所・氏名を記入) 電子メール 8月12日までに kodomosen@city.akishima.lg.jp (市 akishima.lg.jp から返信できるようにメールの設定を)

●子ども家庭支援センター 543-9004

●子育てひろばなしのき 543-6716



がん検診を受けましょう

詳しくは、8月5日までに配布する「夏の検診特集号」をご覧ください。

●胃がん検診
◇対象 4月1日現在30歳以上の方(胃を治療中、または、妊娠中の方を除く)
◇期間 9月26日(月)～10月28日(金) ※10月9日・10日・23日を除きます。
◇場所 あいぼっく
◇内容 胃部エックス線撮影(バリウム検査)
◇定員 3700人(多数抽選)

●肺がん検診
◇対象 4月1日現在30歳以上の方(肺を治療中、または、妊娠中の方を除く)
◇内容・期間・場所
①問診、喀痰検査(問診の結果、必要な方のみ) = 10月13日(木)～11月9日(水)のいずれか1日に市内指定医療機関で
②胸部エックス線撮影 = 11月24日(木)～12月9日(金)のいずれか1日にあいぼっく
※11月27日を除きます。
※必ず①②の両方を受診してください。
◇定員 3000人(多数抽選)

【申し込み共通事項】
8月1日から、次のいずれかの方法で申し込んでください。受診者には、後日、検診票を送付します。
なお、抽選にもれた方は、次年度に優先して受診できます。
*検診申込用紙 = 「夏の検診特集号」内の申込用紙を、あいぼっく健康係へ
*はがき = 希望する検診の名称、胃がん検診はエックス線撮影の希望曜日(第5希望まで/都合の悪い日があれば赤字で記入)、肺がん検診はエックス線撮影の希望日(第5希望まで)、住所・氏名・年齢・生年月日・性別・電話番号を記入し、8月15日(消印有効)までに〒196-0015昭和町4-7-1 あいぼっく健康係へ(1人1通のみ)
*エックス線撮影の曜日または期日に希望がない場合は、希望なしと記入してください。
*電子申請 = 8月15日までに市ホームページ「東京電子自治体共同運営サービス」で(携帯電話での電子申請は右の二次元コードから)
☆詳しくは、健康係(あいぼっく内) 544-5126へ。



8月の相談

☎は予約制/相談は無料/祝日は休み

法律相談 ☎	5日(金)・9日(火)の午前9時～正午 午後1時30分～4時30分 15日(月)・19日(金)・25日(木)の午前9時～正午 13日(土)の午後2時～5時10分 24日(水)の午後1時30分～4時30分	育児相談 ☎	24日(水)の午前9時10分～10時30分(未就学児の保護者 ※バスタオル・母子健康手帳をお持ちください。)	子育て世代包括支援センター
行政相談 ☎	4日(木)の午後1時30分～4時30分	助産師相談 ☎	木曜日の午前9時30分～正午	地域保健係
人権の上相談 ☎	22日(月)の午後1時30分～4時30分	にんしんSOS相談 ☎	木曜日の午後1時～4時	地域保健係
交通事故相談 ☎	16日(火)の午後1時30分～4時	保健栄養相談 ☎	19日(金)の午前10時～正午	地域保健係
登記相談 ☎	10日(水)の午後1時30分～4時30分	女性医師による女性の健康相談 ☎	25日(木)の午後1時30分～3時30分	地域保健係
相続・遺言等暮らしの相談 ☎	17日(水)の午後1時30分～4時30分	こころといのちの相談 ☎	月～金曜日の午前8時30分～午後5時	地域保健係
不動産相談 ☎	23日(火)の午後1時30分～4時30分	その他		
オンブズパーソン相談 ☎	3日(水)・17日(水)の午前9時～正午、12日(金)・26日(金)の午後1時30分～4時30分 ※市政などに関する苦情の相談(オンブズパーソン・市政相談担当 ☎544-5122)	教育相談 ☎	月～金曜日の午前9時～午後5時(教育相談室(昭和町分室内) ☎541-4445) ※市ホームページ、または、こちらから ▶	
税務相談 ☎	12日(金)の午後1時30分～4時30分(市民税係 ☎544-5111(代))	いじめ相談ホットライン ☎	月～金曜日の午前9時～午後5時(いじめ専門電話相談ダイヤル ☎543-7633)	
創業ワンストップ窓口相談 ☎	18日(木)の午後1時～5時(産業振興係 ☎544-5111(代))	AKISHIMAキッズナー ☎	月～金曜日の午前9時～午後6時30分 ※18歳未満の子ども専用電話相談(AKISHIMAキッズナー ☎0120-678-044)	
精神障害者一般相談 ☎	月～金曜日の午前9時～午後5時(障害福祉係 ☎544-5111(代))	子育て相談 ☎	月～金曜日の午前9時～午後7時(受け付けは6時30分まで)(子ども家庭支援センター ☎543-9046)	
女性悩みごと相談 ☎	水曜日の午後1時～4時(男女共同参画担当 ☎544-5130)	消費生活相談 ☎	月～土曜日の午前9時30分～午後4時(子育てひろばなしのき(なしのき保育園内) ☎543-6716)	
就学相談 ☎	月～金曜日の午前8時30分～午後5時 ※心身の発達に心配のあるお子さんの就学相談(特別支援教育係 ☎544-5111(代))	あきしま雇用・労働相談 ☎	13日(土)の午前10時～午後3時 ※相談場所は市民交流センター(産業振興係 ☎544-5111(代))	
ひとり親・女性相談 ☎	月～金曜日の午前8時30分～午後5時(ひとり親・女性支援担当 ☎544-5111(代))	福祉法律相談 ☎	5日(金)・19日(金)の午後1時30分～4時30分 ※成年後見などの相談/相談場所はあいぼっく(地域福祉・後見支援センターあきしま(社会福祉協議会内) ☎544-0388)	

※表以外の相談は、市民相談へ。月～金曜日の午前8時30分～午後5時(オンブズパーソン・市政相談担当 ☎544-5122)