

くらし

■国民年金保険料学生納付特例制度のご案内

「学生納付特例制度」は、在学期間中の国民年金保険料の納付を猶予する制度です。対象者は20歳以上の学生で、本人の前年所得が118万円以下の方となります。ご希望の方は、在学期間がわかる学生証のコピーまたは在学証明書を持って申請してください。

また、現在「学生納付特例制度」により保険料を納付猶予されている方で、令和2年度も引き続き在学予定の方へ、3月末にはがき形式の学生納付特例申請書が日本年金機構より送付されます。同一の学校に在学されている方は、このハガキを返送することにより令和2年度の申請ができますので、忘れずにお手続きください。

問 市民課国保年金係 ☎62-1118

健康

■自分測定日

定期的な体組成測定で健康な「からだ」作り始めませんか？

日時 3月23日(月) 9時～19時

場所 北秋田市保健センター

内容 体組成測定、測定値の説明等

※所要時間は15～30分程度です。

■北秋田市ドック助成について

北秋田市では、令和2年度も下記のドックを実施します。

実施ドック 国保ドック／長寿ドック／1泊ドック／脳ドック

申込開始日 4月3日(金) 9時～

申込方法 電話または医療健康課窓口でのお申し込み

※詳しくは広報4月号と一緒に配布する「令和2年度健康ガイド」をご覧ください。

■3月1日～7日は「子ども予防接種週間」です

受け忘れている予防接種はありませんか？

ワクチンで防ぐことができる病気から子どもたちを救うため、母子健康手帳を確認のうえ、対象年齢内での接種をお願いします。

詳細は、健康ガイドまたは市ホームページをご覧ください。

※麻しん風しん第2期(年長児)、二種混合(小学6年生)の接種期限が3月31日までとなっております。期限を過ぎると接種料金が自己負担となりますので、ご注意ください。

■食育ボランティア募集

北秋田市食生活改善推進協議会では、食育ボランティアを募集します。

対象 食生活改善の普及・啓発活動に興味のある70歳未満の方

年会費 1200円

募集締切 3月31日(火)まで

※詳細はお問い合わせください。



むし歯のないうち

(3歳児健診)▼1月22日の健診

佐藤	北野	九嶋	長谷川	松岡	杉淵	秋元	松岡	長岐	本城	成田	古谷	藤田	三澤	五代	佐藤	岩谷
し	り	り	かな	あい	いろ	は	ゆ	け	さ	ゆ	ゆ	り	る	儀	こう	は
ょ	お	こ	なた	と	は	と	な	い	ね	す	み	お	い	あ	す	と
う	ちゃん	ちゃん	ちゃん	ちゃん	ちゃん	ちゃん	ちゃん	ちゃん	ちゃん	ちゃん	ちゃん	ちゃん	ちゃん	ちゃん	ちゃん	ちゃん
神	中	向	本	米	増	羽	羽	本	藤	あ	舟	内	花	米	元	下
	道	本	城	内		根	根		株	け	見	幸	園	代		
成	岱	城	町	沢	山	山	郷			の	町	町	町	町	町	町

こども

■母子健康手帳交付

日時 3月2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)、30日(月) 9時30分～11時30分

場所 北秋田市保健センター

持ち物 妊婦本人の個人番号カード又は通知書、本人確認書類

※交付日に来ることができない場合は、必ず電話連絡をお願いします。

■3月の乳幼児健診・相談

場所 北秋田市保健センター

持ち物 母子健康手帳／アンケート用紙／バスタオルほか

▷4か月児健康診査

対象 令和元年11月生まれの子

日時 3月25日(水)

【受付】12時30分～45分

▷7か月児育児相談

対象 令和元年8月生まれの子

日時 3月25日(水)

【受付】9時45分～10時

▷10か月児健康診査

対象 令和元年5月生まれの子

日時 3月25日(水)

【受付】12時45分～13時

▷3歳児健康診査

対象 平成28年10～11月生まれの子

日時 3月18日(水)

【受付】12時30分～45分

▷5歳児健康相談(鷹巣地区)

対象 平成27年1～3月生まれの子

日時 3月24日(火)

【受付】13時～15分

▷ピカピカ歯っぴー教室

対象 平成31年1～3月生まれの子

日時 3月6日(金)

【受付】13時15分～30分

▷5歳児健康相談(森吉・合川・阿仁地区)

対象 平成26年12月～平成27年3月生まれの子

日時 3月17日(火)

【受付】13時～15分

場所 森吉保健センター

認知症初期集中支援チームをご存じですか？

認知症の方は年々増加しており、高齢者の5人に1人が認知症と推測されています。「認知症かもしれない」というサインに早めに気づき、地域包括支援センターなどに相談しましょう。

※詳しくは「認知症初期集中支援チームをご存じですか？」のパンフレットをご覧ください。



認知症が疑われるサインをシリーズで掲載します

- ☐ 直前にしたことや話したことを忘れるようになった
- ☐ 同じことを何度も言ったり、聞いたり、したりするようになった
- ☐ 置き忘れやしまい忘れが増えて、いつも探し物をしている

【連絡先】

市役所高齢福祉課 ☎62-6639／北部地域包括支援センター ☎67-8020

中部地域包括支援センター ☎67-7177／南部地域包括支援センター ☎82-3262

相談

■心のサロンへどうぞ

○サロン「お茶っこ」

場所 阿仁保健センター

日時 3月5日(木) 10時～13時30分

○サロン「えがお」

場所 前田公民館

日時 3月16日(月) 10時～14時

○サロン「梅っこ」

場所 合川保健センター

日時 3月23日(月) 10時30分～14時

○サロン「すかっと」

場所 森吉保健センター

日時 3月27日(金) 10時～14時

○サロン「あんず」

場所 北秋田市交流センター

日時 毎週火曜日 11時～14時

※精神保健福祉ボランティア「れもんの会」によるサロンです。

■がんサロン「北秋田 虹の会」

日時 3月26日(木) 13時～15時

場所 男女共同参画活動拠点施設「ハートフルプラザ・北秋田」(北秋田市交流センター内)

■精神保健相談・健康相談

日時 3月27日(金) 13時30分～15時

【受付】13時～

場所 北秋田保健所2階

※前日午前まで要予約。

問 北秋田保健所 ☎62-1165

献血日程

■3月26日(木)

(北秋田地域振興局 10時～12時

(北秋田市役所本庁舎 13時30分～15時30分