

★児童館のイベント★

- ひかり童夢 (☎229-0980) 前10時30分 ▷おひな様を作ろう=☎幼児と保護者、小学生 回2月16日(土)午前10時30分 ▷お母さんのためのカイロプラクティク=☎幼児と保護者 回2月23日(土)午前11時
- 宇賀児童館 (☎776-0001) ▷レクリエーションゲームで遊ぼう=☎幼児と保護者、小学生 回2月9日(土)午前11時
- ひこまる(☎266-3321) ▷うた広場ポコアポコ=☎乳幼児と保護者 回2月18日(月)午前11時

★ふくふくこども館★

- ▷こどもお食事会=☎1歳~未就学児と保護者 回2月21日(木)午前11時~正午 ☎食事についての不安や悩みを子育て相談員と一緒に解消 回5組(先着順) ☎普段、家庭で食べている昼食 申電話でふくふくこども館へ。▷カルガモちゃんのコア体操=☎未就学児と保護者 回2月22日(金)午前11時~11時20分 回ふくふくこども館(☎227-2581)

骨髄バンクドナーに登録を!

白血病などの血液難病の患者を救うため、毎月骨髄バンクドナー登録を受け付けています。

☎18歳~54歳の健康な方(骨髄提供は20歳から) 回2月4日、3月4日 午前9時15分~11時 唐戸保健センター 申前週までに電話で保健医療政策課へ。

参加しませんか 市民病院の教室

- おいでませ糖尿病教室 回2月1・8・15・22日 午後2時~4時 回10人(先着順) 回糖尿病手帳、お薬手帳、筆記用具 申電話で、平日午後1時~5時に内科外来へ。
- 楽塩教室~健康寿命の延ばし方

減塩炊き込みご飯のご紹介~ 回2月13・27日 午後2時~3時 回10人(先着順) 回300円 回2月1日~前日に、電話で市民病院栄養管理部へ。

所 唐戸市民病院(☎231-4111) 平成31年度の食品衛生監視指導計画(案)の意見・要望の募集

「平成31年度の食品衛生監視指導計画(案)」を生活衛生課や市ホームページで公開しています。

これに関する意見、要望などがありましたら自由にお寄せください。 回2月1日~28日(必着)に、直接か郵送、ファクス、Eメールで生活衛生課(〒750-8521 市内南部町1番1号 回231-1159 回seikat@city.shimonoseki.yamagu

chip)へ。 回生活衛生課(☎231-1936) ひきこもり相談会

回ひきこもりの問題で悩む本人・家族 回2月20日(水)午後1時~4時 所 市役所本庁舎新館3階相談室) 回対応方法の助言や社会資源の情報提供 回3人(先着順) 申電話で、健康推進課へ。

こころの健康相談

回2月22日(金)午後1時~4時 所 市役所本庁舎新館3階(相談室) 回 精神科医が相談を受けます 回4人 申2月19日(火)までに、電話で健康推進課へ。



育児学級へどうぞ

●離乳食編(離乳食、育児について) 回 回生後4カ月~6カ月ごろまでの赤ちゃんを保護者 回①3月6日(水)/唐戸保健センター ②3月15日(金)/川中公民館 いずれも10時~11時30分ごろ 回各20組(先着順) 回100円 ●子育て編(歯、育児について) 回 回生後8カ月~1歳ごろまでの赤ちゃんを保護者 回③2月1日(金)

健診 検診

年に1度は体のメンテナンスを受けましょう!



職場などで受診する機会のない方が対象です。※各検診(健診)の対象年齢は、年度末が基準日

1 若年基本健康診査(年度内1回受診可) = 市内在住の18歳~39歳の方 ※年度内に40歳になる方は除く 回2月4・25日、3月4日 午前9時30分~10時30分 所 唐戸保健センター 回20人(要予約) 料1,200円 申前週の木曜日までに健康推進課へ。

2 骨粗しょう症検診(年度内1回受診可) = 市内在住の20、25、30、35、40、45、50、55、60、65、70歳の女性の方 回 申若年基本健康診査と同じ 回15人(要予約) 料300円

3 肺がん検診(年度内1回受診可) ●胸部エックス線検査 = 市内在住の40歳以上の方 回▷2月7・12・14・21・26日=午前9時30分~11時 ▷2月4・6・18・25・27日=午後1時30分~3時 ※3月は実施なし 所 市役所新館3階 ▶痰の検査 = 市内在住で、市の検診で胸部エックス線検査を受けた、50歳以上のたばこを多く吸う方 回前述の日時参照 料500円 申直接、会場で。

4 胃がん検診(年度内1回受診可) = 市内在住の50歳以上の偶数年齢の方 回 料2,400円 申各協力医療機関へ。

5 大腸がん検診(年度内1回受診可) = 市内在住の40歳以上の方 料300円

申協力医療機関が唐戸・新下関・山陽・彦島の各保健センターへ。

6 子宮がん検診(年度内1回受診可) = 市内在住の20歳以上の女性 料けい部のみ1,200円 けい部・体部2,000円 申各協力医療機関へ。

7 乳がん検診(年度内1回受診可) = 市内在住で40歳以上の偶数年齢の女性 料1,700円 申各協力医療機関へ。

8 前立腺がん検診(年度内1回受診可) = 市内在住の50歳以上の男性 料1,000円 申各協力医療機関へ。

●市で実施する検診の自己負担金免除制度 = 大腸がん、胃がん、子宮がん、乳がん、骨粗しょう症検診、喀痰検査の対象者で、次の①~④に該当の方は、無料で受診可能。 回①受診日現在、70歳以上の方 ②後期高齢者医療被保険者の方 ③生活保護受給世帯の方 ④市民税非課税世帯の方 ※事前申請が必要。詳細は問い合わせを

～高齢者等住宅資金融資～

市内に住所があり、金融機関の審査基準を満たす①か②に該当する方 ①60歳以上の方 ②障害者(身体障害者手帳1級～4級か療育手帳A)の方 ※①②の同居(予定も含む)の親族も可 対象工事=高齢者や障害者に配慮した住宅の新築、専用居室や利用に適した浴室、トイレなどを増築・改築・改造する工事、玄関から道路までの通路などのバリアフリー化工事、これらの工事に伴う用地取得 ※修繕目的の工事と融資予定通知前に着工した場合は対象外 ▷融資額=30万円～400万円 ▷融資利率=年3.9%から年3.25% ※固定金利。取扱金融機関により異なる ▷融資期間=10年以内 ▷返還方法=元利均等月賦償還 ※連帯保証人が1人必要 ※予算が無くなり次第終了 住民票、所得証明書、土地・建物の登記簿、工事見積書、図面など ※事前に相談を 直接、福祉政策課、各総合支所市民生活課へ必要書類の提出を。

福祉政策課(☎231-1723)、各総合支所市民生活課
 ▷菊川(☎287-4006) ▷豊田(☎766-2947)
 ▷豊浦(☎772-4020) ▷豊北(☎782-1923)

市内在住の1歳6カ月～3歳児とその保護者 2月15日(金)午前10時～11時30分 所彦島公民館 歯科衛生士・栄養士の講話、幼児食の試食(昼食例)など 15組(先着順) 200円 母子健康手帳、仕上げ磨き用歯ブラシ、タオル



幼児食歯つぴ教室のご案内

島保健センター(☎266-0111)へ。 健康推進課(☎231-1447)



2月13日(水)までに、電話で健康推進課へ。 健康推進課(☎231-1408)

高齢者の障害者控除対象者認定書を交付します

所得税法・地方税法上の障害者控除対象者であることの認定書を交付します。確定申告の際の添付資料として使用できます。 平成30年12月31日現在、精神や身体に障害があり、身体障害者手帳などを持っていない65歳以上の高齢者のうち、要介護・要支援認定を受けている方や寝たきりで基

所得等の申告書(簡易申告書)を対象者の方に発送しています。これまで後期高齢者医療保険用の簡易申告をしていた方も、収入のある方や、保育料算定・公営住宅入居審査・その他の行政サービス等を利用するためなどで税務証明書が必要な方は市・県民税申告をしてください。 ※収入のない方や、非課税収入(遺族・障害年金、恩給等)のみの方は、従来通り後期高齢者医療用の簡易申告をしてください。

保険年金課、各総合支所、本庁の各支所 保険年金課(☎231-1306)、各総合支所市民生活課



準に該当する方 介護保険被保険者証、印鑑 ※親族の方が申請する場合は、親族の方の印鑑、身分証明書 市長寿支援課、各総合支所市民生活課、本庁の各支所へ。 市長寿支援課(☎231-1340)

各総合支所市民生活課

- ▽菊川(☎287-4003)
- ▽豊田(☎766-2180)
- ▽豊浦(☎772-4023)
- ▽豊北(☎782-1922)

平成31年度 後期高齢者医療保険料算定のための所得の申告を

育児・健康相談(2月)

下表の通り 相談担当者=保健師など ※育児相談は母子健康手帳を持参 健康推進課(▷育児相談=☎231-1447、▷健康相談=☎231-1935) (育…育児相談、健…健康相談、骨…骨量測定)

場 所	日 曜	内 容	
		10:00 ～ 12:00	13:30 ～ 15:00
唐戸保健センター	1 金	育	
豊北保健センター			
豊田保健センター	5 火		健・骨
六連島漁村センター	8 金	健	
豊田子育て支援センター	12 火	育	
豊北保健センター	14 木		健・骨
新下関保健センター	18 月	育 9:30～11:00	
山陽保健センター	25 月	育 10:30～12:00	
菊川保健センター	27 水	育	

非自発的失業者の 保険料軽減措置



リストラなどで職を失った非自発的失業者が国民健康保険に加入する場合、在職中と同程度の保険料負担となるよう保険料が軽減される場合があります。既に国民健康保険に加入している非自発的失業者や再離職後も該当となる場合がありますので対象者は申し出てください。

65歳未満の雇用保険の特定受給資格者(倒産、解雇などの事業主都合で離職した方)か、特定理由離職者(雇用期間満了などにより離職した方) 対象者の前年給与所得を100分の30として保険料を算定。高額療養費などの所得区分判定でも給与所得同様の取り扱い。

保険年金課(☎231-1930)、各総合支所市民生活課

こんにちは
赤ちゃん

①母親学級
 妊婦中の方 2月13日(水)午後1時30分～3時30分 新下関保健センター 30人(要予約)

②両親学級
 妊婦中(妊娠6カ月以降)の方とその配偶者 3月2日(土)午後1時30分～3時30分 川棚公民館 妊婦疑似体験、赤ちゃんのお風呂の入れ方 24組(要予約) 母子健康手帳 健康推進課(☎231-1447)