

## 05' 健康実践フェア



「上手な脂肪の燃やし方運動」を体験する参加者

町では、町民の健康を願  
い、9月を健康づくり推進  
月間として様々な健康づく  
り事業を開催しました。9  
月4日(日曜日)健康増進  
センターで健康実践フェア  
が行われました。

実践フェアでは健康づく  
り計画「健康のへじ21」の  
中の8領域から、運動・栄  
養食生活・肥満・循環器の  
4領域について取り上げ、  
体力レベル検査・健康相談・  
減塩試食・尿中塩分検査コー  
ナー等を設け、健康づくり  
の実践を呼びかけました。  
来場者は楽しみながら体  
力測定や健康チェックを受  
け、結果をもとにスタッフ  
から健康づくりのアドバイ  
スを受けていました。

午後は、日本健康運動指  
導士会常務理事松本弘志氏  
を講師に招いて、「上手な脂  
肪の燃やし方について」水  
中運動を中心に講演してい  
ただき、その後、体力・バ  
ランステストを交えながら  
簡単にできる運動不足発見  
方法を紹介していただきま  
した。

町の花「はまなす」



町の鳥「かもめ」



町の木「さくら」



### ■町の人口

	17年9月1日現在	前	月	比	前年同月比
	15,999	(+)	12	(-)	195
男	7,593	(+)	2	(-)	117
女	8,406	(+)	10	(-)	78
世帯数	6,457	(+)	11	(-)	7

ホームページURL

<http://www.jomon.ne.jp/~noheji/>

# 総合健診・婦人検診をうけましょう

町の総合健診（基本、胃・大腸・肺がん）と婦人検診（子宮・卵巣・乳がん）はもうお済みですか？ 「健康づくりはまず健診から」まだお申込みしていない方は、下記の日程で実施しておりますので、ぜひご利用ください。なお、申込みがまだの方は地区の保健協力員か、直接健康増進センターへお申込み後、受診してください。すでに終了した地区の方でも、下表の日程でご都合のよい日をご利用ください。



検診名	日程	場所ほか
【総合健診】 基本健診 胃がん検診 大腸がん検診 肺がん検診	10月6日(木)	健康増進センター 【受付】6:00~9:00
	10月17日(月)	
	10月18日(火)	
	10月20日(木)	
	10月21日(金)	
【婦人検診】 子宮がん検診 卵巣がん検診 乳がん(甲状腺)検診	10月31日(月)	健康増進センター 【受付】10:30~12:30 子宮・卵巣のみを受けられる方は12:00~12:30
	11月1日(火)	
	11月7日(月)	
	11月8日(火)	
	11月17日(木)	
	11月18日(金)	

町の集団健診を受けられなかった方は、町内各医療機関でも基本健診が受けられます。直接病院にお申込みください。 問合せ先 健康増進センター TEL: 64-1770

## あなたの健康づくりを応援します!!



### 万歩計貸出し中

思い立ったその日から気軽にできるのがウォーキングです。楽しく続けるために万歩計を使ってウォーキング記録をつけてみませんか。ただいま無料貸出中です。

### 尿中塩分検査実施中 ～塩分摂取量を知ろう～

高血圧の大きな原因の一つに塩分の取り過ぎがあげられます。町では、町民の皆さんが自分の塩分摂取量を知り健康づくりに役立てられるよう無料で検査を実施しています。

## 麻しん・風しん予防接種について

このたび、厚生労働省の「予防接種の改正について」の通達により、平成18年4月1日より麻しん及び風しん予防接種の接種方法、対象年齢等が以下のとおり変更となります。

対象年齢：平成16年10月1日以降に生まれたお子さん

接種方法：麻しん風しん混合ワクチンを第1期と第2期の計2回接種する

- 第1期：麻しん風しん混合ワクチンを生後12ヶ月から生後24ヶ月に至るまで1回（1歳の間）
- 第2期：5歳以上7歳未満の者であって、小学校修学前の1年間にある者に1回

◎ただし、平成10年6月1日～平成16年9月31日生まれのお子さんで麻しん、風しん（どちらか、どちらとも）を受けていない方は平成18年3月31日までの約6ヶ月の間に麻しん、風しんの予防接種をそれぞれ完了してください。

〔問合せ先〕環境保健課 健康増進センター内  
予防接種係 64-1770



風船で楽しい作品づくり



減塩料理、作ってみてください

## 乳幼児医療費・すこやか医療費を受給の皆様へ

乳幼児医療費・すこやか医療費について、平成17年10月1日診療分から、入院時食事療養費が給付の対象外となりますのでお知らせいたします。

問合先 役場町民課 64 211

乳幼児医療費係（内線238）  
すこやか医療係（内線242）

## 重度心身障害者医療費助成制度の改正について

重度心身障害者医療費助成制度が、平成17年10月1日より、次のとおり改正されます。

月あたり一万二千元、入院は四万二百円）

一、住民税課税世帯の方については、医療費が1割負担となります。（ただし、上限は1カ

三、住民税非課税世帯の方については、従来どおり医療費が対象外となります。

二、老人医療該当者で住民税課税世帯の方は、重度医療費が

## ●65歳以上の方へのお知らせ●

# インフルエンザ 予防接種の実施

町では、一部公費負担で高齢者インフルエンザ予防接種を実施します。

- 対象者 昭和15年10月31日以前生まれの65歳以上の町民  
(10月上旬に個別通知します)
- 実施期間 10月20日～11月30日
- 場所 町内医療機関
- 負担額 接種費用のうち町が1人あたりの1,000円を負担
- 問合せ先 環境保健課（健康増進センター内）  
予防接種係 64 - 1770

助成されます。

\*身障手帳3級・精神手帳1級の重度医療も同じく右記のとおり改正になります。

問合先 町民課 重度医療係  
64・2111（内線238）

## 町民ふれあい健康 ウォークラリー大会

### 参加チーム募集

大人と子どもでチームをつくり、約3・5Kを歩きながら、ふれあいを深め、5カ所でゲームを楽しみ、さわやかな汗を流しませんか。

日時 10月9日（日）9時30分  
場所 柴崎地区レクリエーション施設周辺

チーム編成 大人 1人（高校生以上）と子ども3人（うち中学生は2人まで）

昼食 おにぎり等をお持ちください  
さい（とん汁を提供します）  
参加料 1チーム100円（保険料）

申込み 10月6日まで（当日参加も可、ただし、保険はかかりません）

\*詳しくは、教育委員会64・2111（内線286、287）までお問合せください。

# 調査票の記入はお済みですか？

- 10月1日現在で平成17年国勢調査が行われています。
- 国勢調査は、日本に住んでいるすべての人が対象となります。
- 黒鉛筆を使って、所定の事項に正しく記入してください。
- 10月上旬に、総務大臣から任命された国勢調査員が、皆さんのお宅へ、調査票を受け取りにうかがいます。
- 年内には、国勢調査の速報結果として日本の人口が明らかになります。
- 国勢調査員をはじめとする調査関係者には、守秘義務があり、調査内容の秘密は保護されます。

❗ 調査票が届いていないときは、野辺地町役場へご連絡ください。



平成17年10月1日（土）

総務省統計局

<http://www.stat.go.jp/>

青森県 野辺地町

# ミニガイド

## 町民ソフトバレーボール大会

日時 10月27日(木) 午後6時30分

場所 青少年体育センター  
対象 町民一般(チーム監督1名・選手4名・交代選手2名)各セット2人以上女性選手出場

参加料 一、000円(チーム) 申込・問合先 勤労青少年ホーム(64・9657)または社会教育・スポーツ課(内線286)

締切 10月21日(金)

## ママさんバドミントン会員募集

美容と健康のため、ひと汗かいてリフレッシュしませんか! とき 午前10時~12時まで ところ 町立体育館 連絡先 西掘 64・3546 大粒来 64・3061

## 野辺地町文化祭開催

◆芸能部門 10月29日(土) 舞踊の集い 30日(日) 伝統芸能と音楽の集い

◆展示部門 11月4日(金)~6日(日) 詳しくは、公民館だよりをご覧ください。

## 町民のための薬と健康の講演会

### 第一部 くすりのお話

「知っているようで知らないクスリの知識―クスリを上手に使う―」

青森大学薬学部 医療薬学科 教授 和田 育男 先生

第二部 町の健康作りについての パネルディスカッション テーマ “健康な65歳 活動的な85歳を目指して”

1、生活習慣病のお話 公立野辺地病院 薬剤科 副薬剤長 日本糖尿病療養指導士 阿部 俊郎氏

2、食事のお話 公立野辺地病院 栄養科 管理栄養士 長利 綾子氏

### 転倒骨折予防教室のお知らせ

対象者・野辺地町在住の概ね65歳以上の方で介護認定を受けしていない方が対象

内容・転倒骨折予防体操 《セラバンドを使った筋力トレーニング》

場所・総合福祉センターのへじ(地域交流ホール) 時間・午後1時30分~3時 講師・介護老人保健施設のへじ作業療法士 ほかスタッフ

### 3、運動のお話

介護老人保健施設「のへじ」リハビリ室 室長 作業療法士 篠田 良則氏

### 4、健診のお話

町環境保健課 総括主任 保健師 山本 理智子 司会 高野薬局 高野 修司氏

日時 10月15日(土) 午後2時~4時

場所 中央公民館 入場無料 どなたでも参加できます。

その他 介護用品展示コーナー・ビタミンチェックコーナー等もあります。

毎年10月1日は「法の日」です。

野辺地裁判所では、これを記念して、法廷等の施設を次の日程で一般公開し、裁判官等が法廷での手続き説明をします。

この機会に、裁判所の施設をご覧になり、裁判員制度やその他の裁判手続きの話やそのあたり、今悩んでいる紛争について、裁判所で解決するための手

## 原子力施設見学会参加者募集

町では、町民及び町内事業所に勤務する方を対象に、原子力施設見学会を左記により実施します。

見学日時 10月28日(金) 9時~14時

見学先 六ヶ所村(原子燃料サイクル施設及びPRセンター)

募集人員 47名まで(申込順) 参加料 無料 申込先 企画課(64・2111 1内線266)

## 無料調停相談開設

野辺地調停協会では、管内市町村で交通事故、金銭、土地建物、公害、家庭の問題でお困りの方々を対象にして、その解決手段等の相談所を次のとおり開設いたしますので、多数おいでください。相談は無料です。

日時 10月20日(木) 午前10時~午後3時まで

続きを相談してみてください。

公開日時 10月21日(金) 午後1時~午後4時まで 場所 野辺地419 野辺地簡易裁判所

内容 法廷、調停室等施設の一般公開と裁判手続きの説明。 裁判員制度に関するビデオ上映 問合先 野辺地簡易裁判所 64・3279

募集期間 10月5日(水)~14日(金)

交通手段 町所有の研修バス利用 昼食は、準備いたしません。

その他 施設見学にあたり、住所氏名等の提出が必要となり必要事項をお伺いいたします。(個人情報保護法に準じて使用します。)

場所 野辺地町中央公民館 相談員 野辺地調停協会所属 調停委員

相談内容 交通事故、金銭、土地建物、公害等の民事の紛争及び離婚、相続等の家事の紛争

主催 野辺地調停協会

## 法廷等の施設を一般公開

# 10月～11月に道路 交通センサスを実施

道路交通センサスは、道路の  
国勢調査です。調査員が訪問し  
た際は、ご協力をお願いします。  
詳しく知りたい方は、[http://www.thr.mlit.go.jp/road/ce  
nsus/](http://www.thr.mlit.go.jp/road/ce<br/>nsus/)をご覧ください。

「調査実施機関」 国土交通省東  
北地方整備局道路部道路計画第  
二課、青森県道路課

## 児童館行事

電話 64-3106

一輪車教室 / 4日(火) 15時  
30分～8日(土) 10時30分  
18日(火) 15時30分～31日  
(月) 15時30分

## 図書館行事

電話 64-2195

ニコニコおはなしタイム /  
毎週木曜日 15時30分～16時  
英会話サークル / 4日・18日  
の火曜日 9時30分～10時30分  
英会話サークル / 24日月曜日  
10時30分～11時30分  
おはなし会 / 1日(土) 10時

英語教室 / 6日(木)・20日  
(木) 16時  
お茶の教室 / 15日(土) 13時  
30分 (参加費1000円・申  
込締切日14日まで)  
込締切日14日まで  
料理教室 / 22日(土) 10時  
(参加費1000円・申込締切  
日20日まで)  
避難訓練 / 28日(金)

## 図書館おすすめの新聞

容 疑 者 X の 献 身	東 野 圭 吾
覇 王 の 夢	津 本 陽
あなたが私を好きだった頃	井 形 慶 子
愛 の 話 幸 福 の 話	美 輪 明 宏
お ま け の こ	島 中 恵
そ の 日 の ま え に	重 松 清
涙が出るほどいい話 第10集	「小さな親切」運動推進本部編
ラ イ ブ	山 田 悠 介
終 わ り か ら の 旅	辻 井 喬
ダイブ 水深170メートルに逝った愛	ピピン・フェレーラス

## 本の展示

☆おいしい本を召し上れ

10月4日(火)～10月16日(日)

☆感動のノンフィクション

10月18日(火)～10月30日(日)

## 秋の読書週間行事のお知らせ

10月27日(木)から11月9日  
(水)は、読書週間です。  
期間中は、左記の行事を行っ  
ていますので、どうぞご利用く  
ださい。  
なお、行事の詳細については、  
図書館だよりをご覧ください。  
古本・古雑誌無料譲渡会  
10月27日(木)～11月9日  
(水) \* 休館日を除く  
本のチャリティー  
10月27日(木)～11月9日  
(水) \* 休館日を除く  
朗読の集い  
11月5日(土) 13時30分～15  
時  
星降る夜のドキドキおはなし  
会  
10月28日(金) 19時～20時

おはなし工房「おはなしと工  
作」 / 8日(土) 14時  
絵本を楽しむ会 / 12日(水)  
10時  
朗読の会「秋桜」 / 13日(木)  
10時  
映画を楽しむ会「俺たちに明  
日はない」 / 13日(木) 13時  
30分  
虹色の会 / 22日(土) 13時30  
分  
ブックハロー(7カ月児相談・  
健康増進センター) / 19日  
(水) 10時  
古典に親しむ会 / 21日(金)  
13時30分 「平家物語」  
昔ばなしと紙芝居会 / 29日  
(土) 14時  
ヨチヨチおはなし会 / 26日  
(水) 10時

# 第4回 ずっぱど わっかど あぎんど祭り

～笑顔と笑顔の祭典～

と き 10月22日(土)～23日(日)

と ころ 中央公民館駐車場特設会場

主 催 野辺地町商工会



## 主なイベント



10月22日(土) 10:00～17:00

若小マーチングバンド・ほたてすくい  
農協餅つき&餅ふるまい・美影一彦ショー  
みそ貝焼きコーナー・高校生空手演舞  
森野りえ歌謡ショー・売出し宝くじ抽選会

10月23日(日) 10:00～17:00

よさこいソーラン競演会・縄文太鼓  
野辺地吹奏楽団&クレールウィンドオーケ  
ストラ  
「歌真呂」物まねライブ・ビンゴ大会  
うっちゃん・みかちゃんによるトーク&ライブ

期間中は(上北森林組合・郵便局・原燃・野辺地町農業協同組合・らくのう青森農業協同組  
合・サービス部会・商工会女性部郷土料理試食会・遊びの露店) コーナーと、屋台村を開設

平成17年秋の火災予防運動  
10月17日(月)～10月23日(日)

# 『あなたです 尖のあるくまの 見はり役』

【住宅防火 いのちを守る 7つのポイント】

## 3つの習慣

寝たばこは、絶対やめる。  
ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。  
ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

## 4つの対策

逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災報知器を設置する。  
寝具や衣類からの火災を防ぐために、防災製品を使用する。  
火災を小さいうちに消すため、住宅用消火器等を設置する。  
お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

## 消火器・住警器の訪問販売・点検にご注意を！

各地で不適切な点検や高額請求の被害が多発していますので、ご注意をお願いします。

### 【トラブル防止のポイント】

身分証明書等の提示を求めること。  
はっきりと点検を拒否する。  
安易に承諾・契約書等にハンコを押さない。

消 防 本 部 6 4 - 0 6 5 0  
野 辺 地 消 防 署 6 4 - 3 1 2 6

## アスベストに関するお知らせ

各地でアスベストによる健康被害が報告されています。アスベストは、吹き付け或いは含有吹付材等として概ね昭和30年～62年までの間使用されました。

アスベストの使用を特定するためには、設計図書によるものと分析によるものが考えられますが、詳細については、次のとおりとなっています。

### 1 建築確認申請時の設計図書（仕様書、図面）により判定する方法

アスベストは、吸音・結露防止、耐火被覆用等の目的で使用されていました。  
設計図書等により、次のような製品が使用されていた場合はアスベストが含まれているものと考えられます。

- 吹き付けアスベストの主な商品名としては、プロベスト、オパベスト、サーモテックスA等があります。
- アスベスト含有ロックウールの主な商品名としては、スプレーテックス、スプレーエース、スプレイクラフト等があります。
- 吹き付け内装材の主な商品名としては、ミクライト、パーミックス、モノコート等があります。

### 2 分析により判定する方法

使用されている製品を専門分析業者に委託し、アスベストの含有率を測定することができます。  
但し、有料となります。(現行法律では含有量1%以上の建材が対象となっています。)

アスベストが使用されている場合は、施工業者等に連絡し早急に対処していただくようお願いします。

なお、その他疑問等ありましたら環境保健課又は建設課までお問い合わせ下さい。

環境保健課 電話 64-1770(内線14)  
建設課 電話 64-2111(内線276)

## 労働保険適用促進月間

### 労働保険の加入手続きはお済みですか！

10月1日から10月31日は労働保険適用促進月間です。

労働保険は、労災保険と雇用保険の総称で、労働者を一人でも雇用する事業主はすべて加入しなければならない政府管掌保険です。

加入手続きがまだお済みでない事業主の方は、お早めに手続きをして下さい。

ハローワークのへじ  
野辺地公共職業安定所  
適用係 TEL 64-8609



## 事業系ごみ・家庭電化製品の 取扱いについて

事業所や商店等の事業活動により排出されるごみは、町では収集を行っていません。

直接処理施設に搬入するか、収集運搬許可業者に処理を委託するようお願いします。

また、家電リサイクル法の施行により、一般家庭からでるごみのうち家電4品目(テレビ、エアコン、冷蔵・冷凍庫、洗濯機)についても、町では収集を行っていません。家電販売店へ引き取りを依頼して下さい。(有料になります。)

詳細については、環境保健課まで 電話64-1770(内線11)



# 国保各種ドック実施のお知らせ

**期間** 11月17日(木)～12月16日(金)  
**場所** 公立野辺地病院  
**対象** 野辺地町国民健康保険加入者、但し、町の検診を受診される方は申し込めません。又、申込が多数の場合は初めて受診される方が優先されます。  
**費用** 1日ドック 6,000円  
 2日ドック 11,000円  
 脳ドック 5,000円  
 歯ドック 1,000円  
 (子宮がん、卵巣がん検診、乳がん、前立腺がん(50歳以上)は1,000円追加)  
**申込先** 役場町民課(64-2111内線229)  
**受付期間** 10月3日(月)～21日(金)

## 主な検査内容

1日ドック	2日ドック	脳ドック	歯ドック
・循環器及び肝機能検査 ・胸部X線検査 ・超音波検査 ・胃X線検査 ・検便 ・腎機能検査 ・血液検査	1日ドックに次の検査が追加となります。 ・直腸内視鏡検査 ・糖尿病検査 ・梅毒検査 ・眼底検査	・循環器及び肝機能検査 ・腎機能検査 ・血液検査 ・MRI検査 ・MRA検査	・歯の状況検査 [11月から2月まで随時受け付けします。]

※11月～12月、1～2月も実施します。

「やったね!これからも、白い歯めざして、歯みがきしようね。」  
(母、純子、下袋)



新谷 友梨ちゃん

「むし歯ゼロはあつみの歯みがきのおかげ。これからも頑張ろうね。」  
(母、純末、駅前二)



野田 京良ちゃん

(3歳児健診でムシ歯0の子です)

ほかたち、わたしたちの歯ピカピカだよ

その他(一)定員(100名)になり次第締め切りますので、早めに申し込みしてください。  
 (二)詳細については、消防本部消防課(64) 0650  
 野辺地署(64) 3126

**場 所** 六ヶ所村文化交流プラザスワニー(六ヶ所村大字尾駸字野附1-8)  
**申し込み方法** 受講希望者は、申請書に所定の事項を記入のうえ、受講料4,500円を添えて最寄の消防署へ申し込みください。  
**受付期間** 10月3日(月)～18日(火)まで  
**講習日時** 11月10日(木)～11日(金)(2日間)  
**場 所** 六ヶ所村文化交流プラザスワニー(六ヶ所村大字尾駸字野附1-8)

### 甲種防火管理講習会の実施

北部上北広域事務組合消防本部では、消防法施行令第3条の規定により甲種防火管理講習会を次のとおり開催しますので、防火管理者の選任義務がある建築物で未取得の方または、受講を希望される方は、この機会にぜひ受講されるようお知らせします。

## …知っていますか? 建退共制度…

この制度は、建設現場で働く方々のために、「中小企業退職金共済法」という法律により国が作った退職金制度です。

事業主の方々は、現場で働く労働者の共済手帳に働いた日数に応じて掛金となる共済証紙を貼り、その労働者が建設業界で働くことをやめたときに建退共から退職金を支払うという、いわば業界全体での退職金制度です。

**加入できる事業主:** 建設業を営む方  
**対象となる労働者:** 建設業の現場で働く人  
**掛金:** 日額310円

### ★特徴

- ◎国の制度なので安全、確実、申し込み手続は簡単です。
- ◎経営事項審査で加点評価の対象となります。
- ◎掛金の一部を国が助成します。
- ◎掛金は事業主負担となりますが、法人は損金、個人では必要経費として扱われ、税法上全額非課税となります。
- ◎事業主が変わっても退職金は企業間を通算して計算されます。

ホームページ「ようこそ建退共へ」で、退職金の試算・パンフレット請求等、建退共制度の知りたい情報が記載されています。ぜひ、アクセスしてご覧ください!!

アドレス <http://www.kentaikyo.taisyokukin.go.jp/>

★詳しいことは、もよりの建退共青森県支部へお問い合わせ下さい。  
 TEL 017-722-7617

「これからも、ムシバにならないように、ハミガキがんばろうね!」  
(母、美津枝、松ノ木平)



中戸 玲音くん

「やったね!これからも、がんばってピカピカの歯でいようね。」  
(母、美代子、駅前二)



阿部 祐斗くん

●保険証がかわったときは役場国保係へ届け出してください。



# 無料相談案内

名称	相談内容	期日と時間	場所	相談担当または電話番号
年金相談	国民年金・厚生年金等に関する事	10月13日(木) 11:00~14:30	中央公民館	青森社会保険事務所 017-734-7495
	国民年金保険料納付に関する事	10月28日(金) 11:00~15:00		
税務相談	税務に関する事	10月18日(火) 10:00~15:00	役場行在所	仙台国税局税務相談室八戸分室
人権相談	困りごと・いやがらせ等 人権の擁護に関する事	10月18日(火) 10:00~15:00	中央公民館	人権擁護委員
行政相談	行政に関する苦情・ 要望等に関する事	10月18日(火) 10:00~15:00	中央公民館	行政相談委員
心配ごと相談	日常生活全般に関する事	第1・3木曜日 10:00~15:00	老人福祉センター	民生委員
教育相談	しつけ・いじめ等 に関する事	月~金曜日(祝・祭日除く) 10:00~16:00	教育委員会 直通電話	64-4954
電話介護相談	介護に関する事	月~金曜日(祝・祭日除く) 9:00~12:00	野辺地ホーム 直通電話	64-1070
子育て相談	子育てやしつけに 関する事	毎週金曜日 13:00~16:00	子育てサポートセンター (中央公民館内)	子育てサポーター 64-3183(直通)



国民年金保険料  
9月分の納付期限は  
10月31日(月)です

## 便利な口座振替を活用しましょう

国民年金保険料の納付には、口座振替をご利用されると、納め忘れがなく確実ですし、手間

と時間が省けます。ご指定の金融機関の口座から毎月自動的に保険料が引き落と

## 早割だと毎月40円割引になります

ご指定の金融機関の口座から、当月分の国民年金保険料を当月末に引き落とす振替方法が「早割」です。この早割だと納付書でのお支払いや翌月末に引き落とす通常の振替方法と比べて、一カ月あたり40円割引になります。

一カ月毎のお支払いなら、早割がお得です。(半額免除の承認を受けている方は早割制度をご利用いただけません)通常の口座振替をご利用の方は、早割への変更を希望する方は、

お住まいの市町村国民年金担当窓口、社会保険事務所や金融機関にご相談ください。手続きには、国民年金保険料口座振替納付(変更)申出書、年金手帳、金融機関への届け印や預貯金通帳をお持ちください。

## お得な前納制度をご利用ください

10月31日までは、10月から来年度3月までの半年分前納ができます。この半年分前納80,820円で、毎月納めた場合と比べ660円割引になりお得です。また、半額免除を受けている

方は40,410円で330円お得となります。前納を希望される方は、国民年金保険料納付案内書に添付されている前納用の納付書をご使用ください。

また、半年分以外の前納を希望される方(期間に応じて保険料が割引されます)、お手元に納付案内書がない方は、お近くの社会保険事務所までご相談ください。

●老人医療該当者で社会保険の方も移動があった時は役場国保係へ届け出を出してください。



# 保健行事案内

健康増進センター(環境保健課)  
前田5番地の2  
☎64-1770

保健行事名	月日・時間	場所・TEL	対象	内容	備考			
4カ月児 こども健診	10月13日(木) 13:30開始	野辺地病院 小児科 (64-3211)	10月13日 平成17年6月生まれ	育児相談 離乳食前期指導 身体計測 小児科医診察等 結核予防法によるBCGワクチンの定期接種	対象者には個別に通知します。			
BCG予防接種	11月10日(木) 13:30開始		11月10日 平成17年7月生まれ					
7カ月児 こども相談	10月19日(水) 10:00開始	健康増進センター (64-1770)  電話でのご相談・お問い合わせは 64-8080 (はればれ) 火・木曜日	平成17年3月生まれの乳児	育児相談 離乳食中期指導 離乳食試食 身体計測	母子健康手帳、バスタオルをお持ちください。 対象者への個別通知はしておりません。 毎月の広報で確認のうえ、おいでください。			
10カ月児 こども健診	10月19日(水) 13:00開始		平成16年12月生まれの乳児	育児相談 離乳食後期指導 身体計測・歯科保健指導・歯科健診等				
1歳児 こども健診	10月19日(水) 13:30開始		平成16年10月生まれの乳児		0歳児から就学前まででこれまでのこども健診・相談の対象月年齢以外の児(希望者)	育児相談・栄養相談 身体計測 歯科健診等	できれば、前日までに環境保健課にお申し込みください。	
みんなの こども相談	10月19日(水) 14:30開始		平成16年4月～平成16年5月生まれの幼児	育児相談・身体計測 小児科医診察 歯科健診等				対象者には個別に通知します。
1歳6カ月児 こども健診	11月15日(火) 13:05開始							
ことばの相談	10月25日(火) 15:00開始		平成14年3月～4月生まれの幼児	育児相談・身体計測 生活栄養指導 小児科診察・歯科健診 尿検査・聴覚検査等	対象者には個別に通知します。			
3歳児 こども健診	10月25日(火) 12:40開始			妊婦、産後の方、育児中の母親、家族の方など	妊娠・育児の電話相談(保健師が対応)			
すくすくテレフォン	火・木曜日 (祝祭日除く) 8:30～17:00	思春期の方、思春期のお子さんをもつ親など		思春期のこころやからだの電話相談(保健師が対応)				
思春期はればれ 電話相談	火・木曜日 (祝祭日除く) 8:30～17:00	町民一般		健診結果の説明、健康管理についてのアドバイスなど健康に関する相談(保健師が対応)	あれば健康手帳や健診結果通知書をお持ちください。 申し込みは不要です。			
総合健康相談								

交通安全早めてんとう虫作戦!夕暮れ時は

早めの点灯時刻  
10月は15時30分



5年に一度の大イベント  
今年为国勢調査の年です。

2005 国勢調査

平成17年10月1日(土)  
9月下旬から調査員がおうかがいいたします

♥成分献血日のお知らせ 11月4日(金) 健康増進センター 10:00～16:00

400ml献血にご協力を!!

400ml献血にご協力を!!