



香南市の海産物がたくさん買えるのが楽しみです。ぜひインスタでももっとたくさん情報を出してほしいです！

香南市戦没者追悼式

戦争を知らない世代にも戦争の悲惨さと平和の意義を伝えるため、市民の皆さまのご参列をお願いします(新型コロナウイルスの影響により、規模縮小など変更する場合があります)。 ※平服で差し支えありません

- 日時/10月9日(土)
 - 受け付け 12:30~13:20
 - 式典 13:30~14:30 (予定)
- 場所/のいちふれあいセンターサンホール
- 問い合わせ/市福祉事務所 ☎57-8509

後期高齢者健康診査は、血液や尿検査などを実施し、ご自身の健康状態を知る良い機会となります。生活習慣病等が疑われた場合は、早期に再検査や、適切な治療を受けることで、病気の重症化を防ぐことができます。

■対象 後期高齢者医療の被保険者の方
※長期入院中の方施設などへの入所者は対象外となります

①次の方には受診券を事前送付しています。
●生活習慣病で治療中でない方
●昭和20年4月1日~昭和21年3月31日生まれの方



後期高齢者健康診査を受けましょう

- 令和2年度に健診を受けた方
- ②①以外の方で受診を希望する場合は、申し込みにより受診券を発行します。
- 自己負担 無料
- 受診回数 令和3年4月1日~令和4年3月31日の間に1回
- 受診方法
 - ①個別(医療機関)健診:電話等で直接お申し込みください。
 - ②集団健診:健康対策課に事前予約が必要です。健診力レンドアをご覧ください。
- 検査内容 ①身体計測(身長・体重・肥満度)②血圧③血液検査(血糖・コレステロール・肝機能・腎機能・痛風など)④尿検査(尿たんぱく・尿糖)⑤その他問診・診察など
- 健診結果 後日郵送します ※健診結果は、保健指導などに活用させていただきます
- 問い合わせ・申し込み先 市役所市民保険課

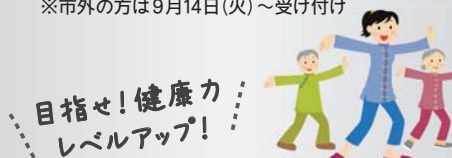
夜須公民館の催し物案内

おでかけスケッチ教室

日々の散歩や旅先の風景を描く身近な風景を題材としてハガキ大の画用紙にスケッチし、水彩色鉛筆で彩色するまでを学びます。持ち歩きしやすい画材のセットをお渡しします。サークル活動に興味がある方も、この機会にぜひご参加ください。

日時 10月5日・10月19日 11月2日・11月16日 全4回 (いずれも火曜日、10:00~11:30)

- 対象/高校生以上の方
- 講師/中村 達志さん(画家)
- 定員/10人 ※4回すべて参加できる方
- 参加費/2,000円(全4回分・画材セット含む)
- 持ち物/動きやすい服装・水分補給用の飲み物・マスク着用
- 募集締め切り/9月28日(火) ※市外の方は9月14日(火)~受け付け



李先生の中国気功教室

中国気功とは「気」によって、自己の免疫治癒力や調整力を高めて健康のレベルを上げる健康法です。今回は気功とセルフケアに役立つツボをテーマ別に教えます。

日時 10月12日・10月26日・11月9日 11月23日・12月7日 全5回 (いずれも火曜日、14:00~15:10)

- 対象/健康や身体を動かすこと、サークル活動に興味がある、高校生以上の方
- 講師/李 敬愛さん(中国民間気功師)
- 定員/12人 ※5回すべて参加できる方
- 参加費/500円(全5回分)
- 持ち物/動きやすい服装・水分補給用の飲み物・マスク着用・手鏡(12月7日のみ)
- 募集締め切り/10月5日(火) ※市外の方は9月14日(火)~受け付け

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止または日程・内容が変更となる場合があります。

申込み・問い合わせ/夜須公民館 ☎54-2121



子宮頸がん予防ワクチン(HPVワクチン)定期接種

子宮頸がん予防ワクチン接種は、平成25年4月1日より法律に基づく定期接種として実施していますが、厚生労働省から「副反応の発生頻度がより明らかになり、適切な情報提供ができるまでの間、積極的な接種の勧奨を差し控える」との通知を受け、同年6月14日より、積極的な接種勧奨が差し控えられています。

- そのための、香南市では子宮頸がん予防ワクチンの勧奨通知を希望する方は、定期接種として予防接種が受けられます。希望する方は、予防票を発行しますので健康対策課までご連絡ください。
- 対象
 - 小学校6年生から高校1年生相当年齢の女子
 - 高校1年生/平成17年4月2日~平成18年4月1日生まれ
 - 接種期限 令和4年3月31日
 - 中学3年生/平成18年4月2日~平成19年4月1日生まれ
 - 接種期限 令和5年3月31日
 - 中学2年生/平成19年4月

- 2日~平成20年4月1日生まれ(接種期限)令和6年3月31日
- 中学1年生/平成20年4月2日~平成21年4月1日生まれ(接種期限)令和7年3月31日
- 小学6年生/平成21年4月2日~平成22年4月1日生まれ(接種期限)令和8年3月31日
- 接種回数 3回
- ※通常、全3回の接種の完了までには約6カ月の期間がかかります
- 接種料金 接種期限内であれば無料で接種できます。
- 問い合わせ 市役所健康対策課



国保の喪失の届け出について

職場の健康保険に加入した方や、健康保険の被扶養者になった方は、国保の資格喪失届けが必要となります。

■国民健康保険資格喪失の手続きをしないこと... 国民健康保険被保険者証が手元にあるため、それを使用して医療や特定健診を受けてしまった場合は、国民健康保険が負担した医療費等を返納していただく必要があります。

また、国民健康保険税が課税され続けるため、健康保険料と二重に支払ってしまったり、国民健康保険税を滞納してしまうと、差押等の処分を受ける場合があります。

■手続きに必要なもの 全員の加入している健康保険証(コピー可)・国民健康保険被保険者証

※転出する方も香南市での国保の資格を喪失しますので、手続きと被保険者証等の返還をお願いします

■問い合わせ 市役所市民保険課



市役所職員をかたる不審な電話にご注意ください!

香南市内において、市役所の職員をかたり「保険の払い戻しがある。銀行のATMで手続きができる」と言い、ATMに誘導してお金をだまし取るうとする不審な電話がかかっています。

国民健康保険税 介護保険料 後期高齢者医療保険料 第3期の納期限は 9月30日(木)です。 期限内の納付をお願いします。

無料合同労働相談会

「職場でパワハラを受けている」「退職させてもらえない」「突然解雇された」といった職場のさまざまな問題でお悩みの方を対象に、国や県などの労働相談機関等が合同で、無料相談会を開催します。

- 日時 10月29日(金) 10時~17時
- 面談場所 高知市丸の内二一四一 高知県庁北庁舎 ※受け付けは4階、高知県労働委員会事務局で行います
- 当日限定相談専用ダイヤル ☎088-821-4661
- 予約受付期間 9月1日(水)9時~10月26日(火)17時 ※相談は事前予約優先 先着順
- 予約申込み・問い合わせ 高知県労働委員会事務局 ☎088-821-4645

- 銀行等のATMで還付金等の手続きは行っていないため、相手にせず、すぐに電話を切ってください。不審な電話があれば、市役所消費生活相談窓口にご連絡ください。
- 問い合わせ 市役所消費生活相談窓口 ☎50-3013

広告

とさでん交通の定期券購入で「パーク&ライド」の駐車場代が無料!!

パーク&ライドとは、最寄り駅まで自動車であクセスし、駅に近接した駐車場に車を置いて、電車に乗り換えて通勤する方法です。車を使う時間が減るので環境に優しく、渋滞のイライラを感じることなくスムーズに目的地に行くことができます。

【お申込み・お問合せ】



電車企画課 ☎088-833-7120(8:30~17:30受付/土・日祝休業) 781-8010 高知市棧橋通4丁目12番7号 [URL] http://www.tosaden.co.jp

