



### こころの健康相談

こころの病気についてのさまざまな相談やストレス・思春期の問題・認知症の問題などに専門医が相談に応じます。

- とき 3月12日(木) 14:00～16:30
- ところ 滝川保健所
- 申込 3月11日(水) 16:00までに下記へ

☎滝川保健所TEL 24-6201



### 1歳児パクパクひろば

- とき 3月2日(月) 10:00～11:30 (受付9:45まで)
- ところ ふれあいセンター
- 対象 平成31年2月生まれ
- 内容 育児交流会、身体計測、個別相談、歯科相談、栄養相談(試食あり)
- 持ち物 母子健康手帳・子ども用エプロン・スプーン・おしぼり・歯ブラシ

☎ふれあいセンターTEL 52-2000



### 退去時は必ず水抜きを

借家などを退去する際は、必ず使用者が水抜きをしてください。すでに空き家になっている場合、水道の水抜きは所有者または管理者が再確認してください。維持管理は所有者の責任になります。

☎中空知広域水道企業団  
TEL 53-3831



### 市民健康・栄養相談

健康・栄養相談のほか、血圧・血糖値などの測定や健診結果の相談にも応じます。また、乳幼児の計測や発達・栄養・育児などの相談も行っています。

- とき 3月2日(月) 13:00～15:00
- ところ ふれあいセンター  
☎ふれあいセンターTEL 52-2000



### 後期高齢者健康診査

#### すながわ健康ポイント対象事業

4月の健診を次のとおり行います。なお、すでに生活習慣病で治療を受けている方は主治医と相談のうえ、申し込みください。

- とき 4月1日(水)～10日(金)
  - ところ 細谷医院、明円医院、村山内科医院、いとう内科循環器科クリニック、砂川慈恵会病院
  - 対象 後期高齢者医療保険加入者
  - 料金 400円
  - 申込 3月2日(月)～10日(火)までに下記へ
- ☎ふれあいセンターTEL 52-2000



### 献血にご協力を！

3月17日(火)

- ・北海道障害者職業能力開発校 12:30～13:00
  - ・市役所 13:30～16:00
- ※配車の都合などにより日程、時間の変更がある場合がありますので、ご了承ください。
- ☎社会福祉係TEL 54-2121



### 交通災害共済加入者募集

令和2年度交通災害共済の加入者を募集しています。万一の交通事故に備えて、家族そろって加入しましょう。

- 共済期間 4月1日(年度途中に加入した場合は加入日)～令和3年3月31日
- 会費 年間1人400円
- 対象 中空知管内に住居登録している方(就学のため管外に居住している方も可)
- 申込 町内会を通じて配布される申込書に必要事項を記入のうえ、3月31日(火)までに生活交通係または北門信用金庫砂川支店窓口へ

※私有地(駐車場、私道、踏切内、公園など)での事故は対象にはなりませんのでご注意ください。

☎生活交通係TEL 54-2121



### 税に関する絵はがきコンクール応募作品展

市内小学校から出展された全作品を展示します。ぜひ子どもたちの作品をご覧ください。

- とき 3月2日(月)～31日(火)
- ところ 北門信用金庫砂川支店  
☎(公社)滝川地方法人會砂川支部(商工会議所内)  
TEL 52-4294

市内全世帯に配布される広報すながわに  
広告を載せてみませんか？

## 広告主募集中

1号広告  
イメージ

1号広告(縦45×87mm) = 5,230円  
2号広告(縦45×175mm) = 10,470円  
お問い合わせ 広報広聴係TEL 54-2121

水道 についての  
お問い合わせは...

中空知広域水道企業団

フリーアクセス  
(通話料金無料)

オイシイミズ

080-080-01432

TEL.53-3831 FAX.53-2126

砂川営業所(砂川市役所1階)

TEL 54-2121

料金のお支払いには、  
便利な口座振替を



### 自立支援教育訓練給付金制度

市では、母子家庭の母および父子家庭の父が就業に役立つ資格・技能を取得するため、指定された講座を受講した場合、受講料の一部を支給し自立を支援します。希望される方は、受講申込み前にご相談ください。

- 対象 児童扶養手当受給者など
  - 対象講座 雇用保険制度の指定教育訓練講座など
  - 支給額 修了した講座の受講料の60%（上限額20万円）
  - 申込 下記へ
- ☎子育て支援係Tel 54-2121



### 上下水道料金の助成

次に該当する方を対象に上下水道料金を減額します。印鑑を持参のうえ申請してください。

- 対象
    - ・生活保護受給世帯
    - ・母（父）子世帯または寡婦（夫）世帯（母親または父親の収入で生計を維持し、20歳未満の子や一定の障がいのある子を扶養する世帯）で、市民税非課税世帯
    - ・70歳以上の単身者または夫婦のいずれかが70歳以上の世帯、または70歳以上の方が同居する親族を扶養している世帯で、市民税非課税世帯
    - ・重度身体障害者（1・2級）の収入で生計を維持している市民税非課税世帯（申請時に身体障害者手帳の写しが必要）
- ☎土木課管理係Tel 54-2121



### 高等職業訓練促進給付金制度

市では、母子家庭の母および父子家庭の父の就業を支援するため、看護師や保育士などの資格を取得するために1年以上養成機関を受講する場合、その期間中の生活費や交通費の一部を3年を上限に支給します。希望される方は、事前にご相談ください。

- 対象 児童扶養手当受給者など
  - 対象資格 看護師、保育士、介護福祉士、理学療法士、作業療法士など
  - 申込 下記へ
- ☎子育て支援係Tel 54-2121



### 軽自動車等の各種変更手続きは3月中旬

令和元年度の税制改正により、「軽自動車税」は、「軽自動車税（種別割）」に名称が変更となりました。

軽自動車税（種別割）は、毎年4月1日現在の軽自動車等（軽自動車、原動機付自転車、小型特殊自動車、二輪の小型自動車）の所有者に掛かる税金です。廃車や譲渡、住所の移転などがあった場合、3月末までに手続きが行われなければ4月1日現在の所有者に納税通知書が送られます。変更があった方は、3月中旬に手続きをお願いします。※軽自動車等の種類によって手続き先が変わります。詳しくはお問い合わせください。

☎資産税係Tel 54-2121



### 入校生追加募集

北海道障害者職業能力開発校では、令和2年度入校生の募集を行ってきましたが、応募者が定数に満たないため、追加募集を行います。

- 願書受付 4月6日(月)まで
  - 選考日 3月2日(月)、18日(水)、4月13日(月)
- ※詳しくは、北海道障害者職業能力開発校またはハローワーク砂川までお問い合わせください。
- 申込 下記へ
- ☎北海道障害者職業能力開発校  
Tel 52-2774

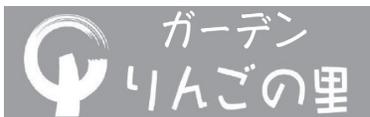


### フッ素塗布

虫歯予防のため定期的（6か月ごと）にフッ素塗布を受けましょう。

- とき 3月11日(水) 受付9:30～10:00
  - ところ ふれあいセンター
  - 対象 満1歳6か月～6歳
  - 料金 無料
  - 持ち物 母子健康手帳と子どもの歯ブラシ2本
- ※必ず歯磨きをしてきてください。希望者には歯の染め出しも行います。
- 申込 3月10日(火)までに下記へ
- ☎ふれあいセンターTel 52-2000

快適な居住空間の中、お食事や趣味の時間を楽しくお過ごしいただけます



サービス付き高齢者向け住宅

「安心」に支えられた「自由」な暮らしをりんごの里グループが支えます

【お問い合わせ】

晴見3条北8丁目3番5号

☎ 52-3650

↓1人部屋12帖、2人部屋20帖



↓リビング



※個室・夫婦部屋をご用意できます



## スキー講習検定会

- とき  
【級別・ジュニア】  
3月15日(日)  
【級別】  
3月20日(金)
  - ところ そっち岳スキー場(新十津川町)
- ※受付時間などの詳細はお問い合わせください。
- ☎かもい岳スキー連盟 川辺  
TEL 080-1875-7138



## 後期高齢者医療制度運営協議会委員募集

北海道後期高齢者医療広域連合では、制度の運営に関する重要事項を審議する運営協議会委員を募集します。

- 資格 道内在住の20歳以上の方(議員や公務員などを除く)
- 任期 令和2年7月から2年間(開催は年2~3回)
- 応募方法 北海道後期高齢者医療広域連合または保険係③番窓口にある応募要領を参照
- 報酬(1日当たり) 5,000円と旅費を支給
- 申込 4月30日(木)までに下記へ  
☎北海道後期高齢者医療広域連合TEL 011-290-5601  
または保険係TEL 54-2121

### 「すくすくちゃんねる」に掲載してみませんか

広報すながわの裏表紙にお子さんの成長記録を残してみませんか?

3歳くらいまでのお子さんと、お父さん・お母さんのコメント400字程度に写真を添えて下記へ申し込みください。兄弟・姉妹での申し込みも大歓迎です。

☎広報広聴係TEL 54-2121



## 指定ごみ袋の配布

次の要件に該当する世帯に指定ごみ袋を配布しています。

なお、4月1日以降に申請すると配布枚数が少なくなりますので、お早めに手続きをしてください。

- 申請受付 3月2日(月)~
  - ところ 環境衛生係④番窓口
  - 対象
    - ・生活保護受給世帯
    - ・申請時同居するすべての世帯員が市民税非課税である世帯
    - ・砂川市紙オムツ利用券交付事業実施要綱に基づく支給対象の方と同居する世帯
  - 持ち物 印鑑
- ☎環境衛生係TEL 54-2121



## 朗読グループ「砂川声のとびら」会員募集

砂川声のとびらでは、目が不自由な方、字が読みづらくなった方へ「広報すながわ」などを録音したテープをお届けしています。男女問いませんので、一緒に朗読を楽しんでみませんか。見学にもぜひお越しください。

- とき 毎月2回 9:30~12:00
  - ところ 公民館
- ☎砂川声のとびら 山片  
TEL 54-3051



## 歩くスキーでハイキング

砂川歩くスキークラブでは、オアシスパークを1周する「歩くスキーでハイキング」を開催します。多くの方のご参加をお待ちしています。

- とき 3月7日(土) 集合10:00
  - ところ 遊水地管理棟前
  - 持ち物 弁当、菓子、飲み物
- ※1周約1時間半のコースになります。また、スキー用具の貸し出しもできます。
- 申込 3月6日(金)までに下記へ  
☎砂川歩くスキークラブ 笹川  
TEL 52-4432



## いきいきシニアプログラム

年齢を重ねても介護が必要な状態になることなく、元気な体で毎日が過ごせるよう、柔軟体操、筋トレ、軽運動などの介護予防運動と口腔ケア、服薬管理、健康に関する講話を行う通年型介護予防教室を開催します。参加を希望される方はお気軽にお問い合わせください。

- とき 毎週火曜日 10:00~12:00
- ところ ショッピングプラザ AiAi(東1南1)2階 多目的ホール
- 対象 要支援・要介護認定を受けていない、65歳以上の方
- 定員 おおむね30人(先着順)
- 申込 下記へ  
☎高齢者支援係TEL 54-2121



## 家に「お薬」は余っていませんか?

市では、北海道の高齢者医療品適正使用推進事業により、健康被害や医療費の増加につながる残薬問題の解消に向けて、高齢者を対象に市内の薬局で残薬を入れるバッグ(節薬バッグ)を令和2年3月まで無料配布し、市内の「かかりつけ薬局」の薬剤師が飲み残しによるお薬管理の相談や服薬支援などを行っています。

市販薬、サプリメント、健康食品の中にも、病院などで処方される薬と飲み合わせが悪いものがありますので、「かかりつけ薬局」にぜひご持参いただきますよう、ご協力をお願いします。

- 持ち物 服用薬(サプリメントや健康食品も含む)、お薬手帳
- ☎北海道薬剤師会北空知支部砂川部会(そらちぶと調剤薬局内)  
TEL 56-2323

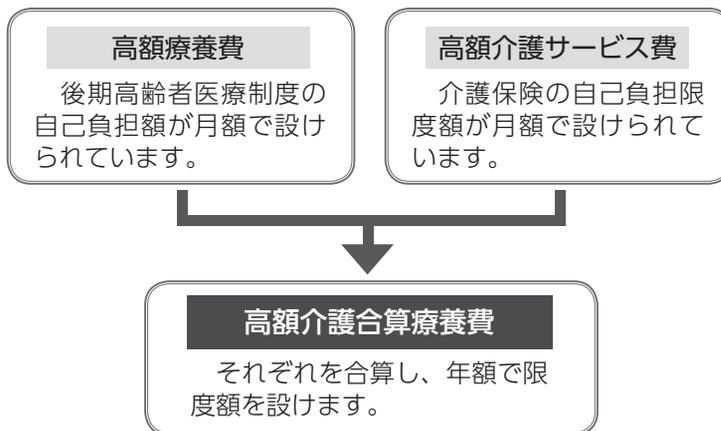
## 後期高齢者医療制度のお知らせ ～高額介護合算療養費および医療費通知について～

### 高額介護合算療養費

医療保険と介護保険の両方を利用している世帯の自己負担を軽減する制度です。

同じ世帯の被保険者が、1年間に支払った後期高齢者医療制度と介護保険の自己負担額の合計が限度額を超えたときは、その超えた額が後期高齢者医療制度および介護保険から支給されます。なお、手続きには市区町村窓口での申請が必要となります。

- ・後期高齢者医療制度または介護保険の自己負担額のいずれかが0円の場合は対象となりません。
- ・支給額が500円以下の場合には支給されません。



下記限度額表の「自己負担額の合計の基準額」を超えた額が支給されます。



### 自己負担限度額表 (平成30年度分)

【1年分の自己負担額の計算期間 (8月1日～翌年7月31日)】

負担割合	区分		自己負担額の合計の基準額
3割	現役並み所得者		【課税所得 690万円以上】 212万円
			【課税所得 380万円以上】 141万円
			【課税所得 145万円以上】 67万円
1割	一般		56万円
	住民税非課税世帯	区分Ⅱ (※1)	31万円
		区分Ⅰ (※2)	19万円

(※1) 世帯全員が住民税非課税で区分Ⅰに該当しない方

(※2) 世帯全員が住民税非課税であり、世帯全員の所得が0円(公的年金収入のみの場合、その受給額が80万円以下)または老齢福祉年金を受給している方

高額介護合算療養費勧奨通知の発送時期は3月中旬ごろとなります。

### 医療費通知を全受診者へ送付しています

北海道後期高齢者医療広域連合では、被保険者の皆さんの医療費総額などについてお知らせする「医療費通知」を、対象期間に医療機関などを受診したすべての被保険者の皆さんへ送付しています。

今回の通知は、2月下旬に送付済みとなっています。

この通知は、皆さんの受診状況についてお知らせするもので、請求書ではありません。また、医療費控除の申告手続きで医療費の明細書として使用することができます。医療費控除の申告に関することは、税務署にお問い合わせください。

### 医療費通知を活用しましょう

- ・医療費の推移が一目でわかるため、ご自身の健康状態の把握や健康管理に活用できます。
  - ・健康診査など、皆さんの健康保持・増進に役立つ情報が記載されています。
- ※診療日数などに間違いがないか確認しましょう。



〒北海道後期高齢者医療広域連合 Tel 011-290-5601 または保険係 Tel 54-2121