



後期高齢者健康診査

すながわ健康ポイント対象事業

2月の健診を次のとおり行いますので、ご希望の方は申し込みください。

- とき** 2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** 1月4日(水)～11日(水)までに下記へ
☎ふれあいセンターTEL 52-2000



1歳児パクパクひろば

- とき** 1月10日(火) 10:00～11:30 (受付9:45まで)
- ところ** ふれあいセンター
- 対象** 令和3年12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



手紙を守るためのルールがあります

手紙やはがきなどの信書は、原則として日本郵便株式会社および信書便事業者だけが取り扱うことができると定められています。詳細は総務省ホームページをご覧ください。

※宅配便やメール便では、原則として信書の送付はできません。
☎総務省情報流通行政局郵政行政部郵便課TEL 03-5253-5975



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** 1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
※人数を制限する場合があります。
- 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** 1月10日(火)までに下記へ
☎ふれあいセンターTEL 52-2000



前立腺がん検診

すながわ健康ポイント対象事業

- とき** 2月2日(木)～10日(金) 10:00～11:00
※水・土・日曜日を除く。
- ところ** 市立病院健診センター
- 対象** 健診日当日に50～79歳の市民の男性
- 定員** 各日5人
- 料金** 1,000円
- 申込** 1月4日(水)～13日(金)までに下記へ
※下記QRコードからも申し込み可。
☎ふれあいセンターTEL 52-2000



献血にご協力を!

1月12日(木)

- ・北海道電力(株)砂川発電所 10:00～11:30
 - ・砂川消防署 12:00～13:00
 - ・北星自動車整備工業(株) 14:15～14:50
 - ・北海道中央バス(株)空知整備工場 15:00～15:30
 - ・マルハン砂川店 15:45～16:30
- ※配車の都合などにより実施場所、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 74-8103



百人一首交流会

バラ取りやぼうずめぐり、北海道独自の下の句かるたを体験してみませんか。初めての方も大歓迎です。参加賞、景品を用意しているほか、お楽しみ抽選会も開催します。

- とき** 1月21日(土) 10:00～12:00
- ところ** 公民館4階 大会議室
- 申込** 1月18日(水)までに下記へ(当日参加も可)
☎砂川百人一首かるたクラブ 梅野TEL 52-9141



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** 1月10日(火) 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

※事業などに参加の際は新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、ご家庭で検温をし、必ずマスク着用の上ご参加ください。ご家族も含め発熱や体調不良がみられる場合は参加をご遠慮ください。なお、新型コロナウイルス感染症の状況によつては事業を延期または中止、一部変更とする場合があります。

20歳になったら国民年金

◆公的年金制度（国民年金制度）とは

老後の生活、病気・事故で障がいが残ったとき、家族の働き手が亡くなったときに皆で暮らしを支え合うという考えで作られた仕組みです。

◆国民年金のメリット

・老後を支える終身保障！

「老齢基礎年金」が受け取れる一生涯の保障です。

・万が一の障がいや遺族も保障！

障害年金や遺族年金で現役世代への保障も充実。

・保険料が控除！

納めた保険料の全額が所得から控除されます。

・基礎年金の半分は国（税金）が負担！

◆国民年金の加入について

日本国内に居住している20歳以上60歳未満の人は国民年金の被保険者（加入者）となります。20歳になってから約2週間以内に、日本年金機構から国民年金加入の通知が届きます（※厚生年金保険に加入している人を除く）。2週間以上経過しても通知が届かない場合は、市役所または年金事務所で加入手続きをしてください。また、20歳になったときに配偶者の扶養となっている方は配偶者の勤務先へ連絡し、第3号被保険者の手続きをしてください。

◆国民年金保険料の納付について

日本年金機構からの通知に同封されている納付書でお支払いできるほか、口座振替・クレジットカードによる納付も可能です。また、前納や付加保険料をご希望の場合は申出月からの開始となりますので、お早めに年金事務所にお申し出ください。

◆「学生納付特例制度」と「免除・納付猶予制度」

経済的な理由で保険料を納めることができず未納のままにしておくと、将来の年金（老齢年金）や障害基礎年金、遺族基礎年金を受け取れない場合があります。必ず次の申請をしてください。

■学生納付特例制度 前年所得が基準以下の学生を対象とした、国民年金保険料の納付が猶予される制度

対象：大学、大学院、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校、各種学校（修業年限1年以上である課程）、一部の海外大学の日本分校に在学する方

■免除・納付猶予制度 前年所得が一定額以下の方を対象とした、国民年金保険料の納付が免除または猶予される制度

対象：免除（全額免除・一部免除） 本人・配偶者・世帯主の前年所得が一定額以下の場合

納付猶予 学生を除く50歳未満の方で、本人・配偶者の前年所得が一定額以下の場合

※令和2年5月1日から、新型コロナウイルス感染症の影響により国民年金保険料の納付が困難な場合の臨時による特例免除申請が可能となっています。

☆日本年金機構ホームページにて国民年金制度の内容やメリット、保険料の納付方法や免除の手続きなどを動画でわかりやすくご案内しています。

閩戸籍年金係Tel 74-4457 または年金事務所Tel 52-2144



日本年金機構 HP

道営住宅入居者募集

募集团地名		戸数	間取	家賃	駐車場	エレベーターの有無
すずらん団地	1号棟	10戸	3LDK	19,000～37,300円	2,730円	無
		5戸	2LDK			
	2号棟	8戸	3LDK	19,300～37,900円		
		1戸	2LDK	19,000～37,900円		
三砂団地	A号棟	4戸	3LDK	20,400～40,100円		
	B号棟	5戸		20,500～40,300円		
	C号棟	4戸		20,800～41,000円		
三砂ふれあい団地	2号棟	1戸	2LDK	18,000～53,300円		

※募集戸数は変更する場合があります。

●**申込** 1月12日(木)、13日(金) 10:30～16:30、1月14日(土) 10:30～15:30

※事前にご連絡をいただければ、郵送申し込みも可。

※すずらん団地は今回の募集以降も入居申し込みを随時受け付けます。

●**持ち物** 印鑑、世帯全員の収入を証明するもの（源泉徴収票など）

※申込者または同居者で障がい者手帳をお持ちの方は、交付されている手帳をご持参ください。

●**抽選会** ※応募者多数の場合に実施。

とき：1月17日(火) 10:00～ ところ：エムエムエスマンションマネージメントサービス(株)空知事業所

●**入居予定** 令和5年3月1日(水)

〒エムエムエスマンションマネージメントサービス(株)空知事業所

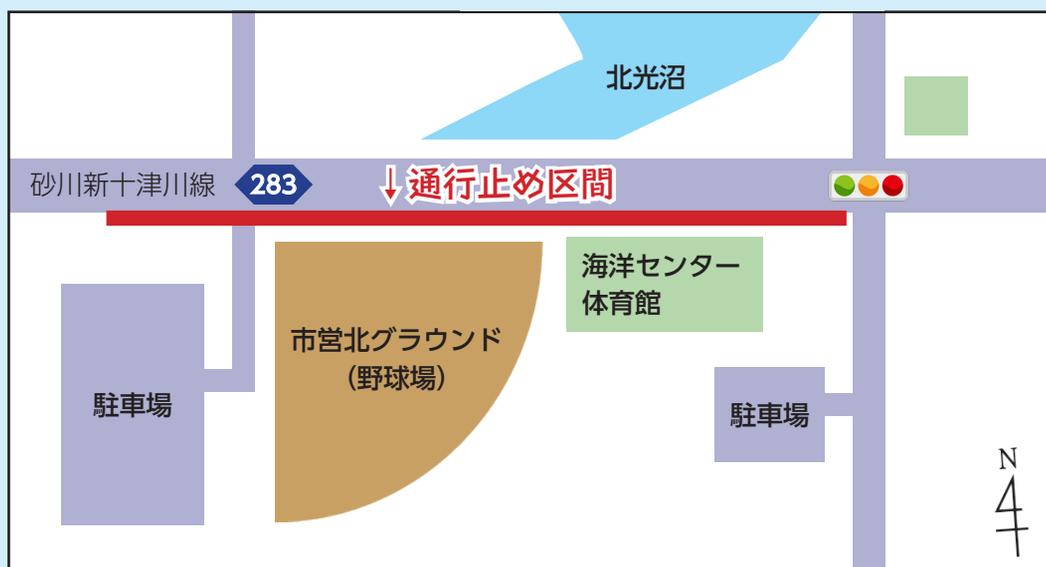
Tel 23-3071 【8:45～17:30（土・日曜日、祝日を除く）】

海洋センター沿いの歩道を通行止めをしています

道道砂川新十津川線にて、隣接している海洋センターの屋根にたまった雪が歩道に直接落下する事案が発生しているため、安全面を考慮して下記の区間を冬期間通行止めをしています。

●**区間** 海洋センター沿いの歩道（西3条北9丁目）

※通行止め解除の日程は決まりしだい改めてお知らせします。



〒海洋センター Tel 52-4809