

10月の保健行事

10月の当番医

10月6日 倉田 医院 TEL854-7050
 10月13日 大瀬戸 医院 TEL854-8585
 10月20日 藤田 医院 TEL854-0707

10月27日 平田眼科 医院 TEL854-8880
 11月3日 酒井耳鼻科 医院 TEL855-2629
 ☆電話番号、特に局番をよく確かめておかけください。

行 事	月 日 等	場 所	時 間	内 容
健 康 相 談	2日(水)	中央ふれあい館	10:00~11:30	妊婦・生活習慣病予防などの相談に応じ、 血圧測定・検尿・健康体操を行います。 母子健康手帳の交付等を行います。
	7日(月)	東公民館		
	9日(水)	新宮老人集会所	13:30~15:00	
	16日(水)	城之堀老人集会所		
	21日(月)	西部地域健康センター		
すくすくクラブ (育 児 相 談)	23日(水)	中央地域健康センター	10:00~11:30	乳幼児の身体測定、子育て・発達、栄養 (離乳食)等の相談に応じます。
	2日(水)	中央ふれあい館	13:30~15:00	
	7日(月)	東公民館	10:00~11:30	
	21日(月)	西部地域健康センター		
二コニコ教室	10日(木)	町民会館	13:30~15:30	肥満・糖尿病予防のための教室。
			13:30~16:00	妊娠中の生活、妊婦体操の実際を体験 します。(運動できる服装で…)
マザークラス	11月1日(金)	西公民館	13:30~16:00	妊娠中の食事の実際を調理実習をして 学びます。(持参物：米半合、エプロン)
	11月6日(水)		10:00~13:00	沐浴実習や妊婦体操等お父さんと一緒 に学びます。(講師：助産師・保健師)
	11月10日(日)			
マスカットキッズ	11日(金)	町民会館	10:00~11:30	双子・三つ子ちゃんの集いの場です。 いっぱい話しましょう!
1歳6ヶ月児健康診査	15日(火)	町民会館	13:00~13:45	平成12年12月1日~平成13年3月31日 生まれの幼児が対象(個人通知有り)
	17日(木)	西公民館		
生活習慣病予防教室	11日(金)	中央地域健康センター	13:30~15:00	運動習慣を身につけよう。 運動できる服装でどなたでも。
ポ リ オ	3日(木)	西公民館	〈受付時間〉 13:15~14:00 〈実施時間〉 13:30~14:00	対象：生後3ヶ月から90ヶ月 投与前後1時間は、哺乳・食事は控え ましょう。
	4日(金)	町民会館		
	23日(水)			

くわしい年金知識Q&A (36)

おしえて!

Q 国民年金第3号被保険者はどのような手続きになりますか。

A 第3号被保険者とは、厚生年金や共済年金などの被用者年金制度の加入者に扶養されている配偶者で、20歳以上60歳未満の人を言います。

第3号被保険者は自ら国民年金の保険料を納める必要はありませんが、届出が遅れたり、怠つたりしますと、将来年金が受けられなくなる場合があります。

手続きは配偶者の勤務先で健康保険の扶養手続きと一緒に届出されます。

扶養になれない人は、国民年金の加入手続きをしてください。

また、厚生年金等に加入された人も、第3号被保険者でなくなります。

平成14年4月以前に、一時扶養がはずれたことのある人や、扶養者で一時厚生年金に加入された人で、現在3号被

保険者の人は、手続きがとられているかどうか再度確かめてください。

なお、20歳以前に、配偶者の扶養になつていない人は配偶者の勤め先で3号の手続きをしてください。

問合せ先
住民課保険年金係
TEL 820-5604

年金相談について

年金に関する納付・資格について、社会保険事務所職員が相談に応じます。

と き 10月29日(火)
午前10時~午後3時

と ころ 役場1階101会議室

問合せ先
住民課保険年金係
TEL 820-5604