

11月30日は「年金の日」

未来の生活設計について考えてみませんか？



問 青梅年金事務所☎30-3410、ねんきん
ネット専用電話☎0570-058-555

厚生労働省では、「国民一人ひとり、ねんきんネット等を活用しながら、高齢期の生活設計に思いを巡らす日」として11月30日を「年金の日」としています。この機会にねんきん定期便やねんきんネットで、ご自身の年金記録と年金受給見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか。詳しくは日本年金機構ホームページ（2次元コード）をご覧ください。



交通事故と国民健康保険・後期高齢者医療保険



問 保険年金課給付係、後期高齢者医療係

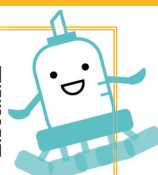
交通事故など第三者から受けた病気やけがについても、保険年金課に連絡することで、保険証を使って受診できる場合があります。受診の際は、必ず、第三者から受けた病気やけがであることを医療機関等へ申し出てください。

また、「第三者行為による傷病届」等を保険年金課へ提出してください。加害者から治療費を受け取った場合や示談を済ませた場合は、国民健康保険や後期高齢者医療保険は使えません。事前に必ず保険年金課へご連絡ください。

なお、仕事上の病気やけがについては、勤務先の労働者災害補償保険（労災保険）へ届け出てください。

健康・福祉

新型コロナウイルスワクチン接種



問 市コールセンター☎0120-840-085

●1・2回目接種

接種に使用している従来型ワクチンは年内で国からの供給が終了予定です。年内に1・2回目接種を完了することをご検討ください。

●オミクロン株対応ワクチン接種（1人1回）

接種可能な間隔は前回接種から3か月です。過去2年間、年末年始に新型コロナウイルス感染症は流行しています。年末までに高齢者だけでなく、若い方もオミクロン対応2価ワクチンによる接種を完了することをご検討ください。

●生後6か月～4歳の新型コロナウイルスワクチン接種

対象者には順次予診票を送付します。
※接種は強制ではありません。効果や副反応のリスク双方を理解したうえで接種してください。
※接種には保護者の同意と立ち合いが必要です。
※接種当日は母子健康手帳をお持ちください。

接種回数および接種間隔

1回目	2回目	3回目
→ 3週間以上 ← →	8週間以上	←

いずれも 接種券に同封のお知らせを確認後、予約してください。

出張もの忘れ無料相談会

問 地域包括支援センターすえひろ☎33-4477、
高齢者支援課包括支援係

日時 11月30日（水）午前10時～正午
会場 フォレオ青梅今井（ベルク今井）エントランスホール（今井3-10-9）
内容 認知症の予防や早期発見・対応をはじめ、認知症を理解するための「もの忘れ相談会」を行います。物忘れが気になる方、家族や近所に認知症について気になる人がいるという方は気軽にご相談ください。 ※ベルク主催ではありません。

迅速な救命処置が多くの方の命を救います

普通救命講習会

日時 12月14日（水）午後1時30分～4時30分
会場 健康センター3階
対象 市内在住者
内容 心臓マッサージ等の救命処置とAEDの安全な操作法
定員 先着15人（予約制）
費用 1,500円（テキスト代）
※救命技能認定証持参で200円割引
服装・持ち物 動きやすい服装（スカート不可）、筆記用具
申し込み 電話☎23-2191で健康センターへ



認知症の方への支援を！

認知症サポーター
養成講座

認知症に関する正しい知識を持ち、地域や職場において認知症の人や家族の支援を行う認知症サポーターになりませんか。修了者にはオレンジリングと認知症サポーターカードを交付します。

日時 11月29日
（火）午後2時～
3時30分



会場 市役所2階201～203
会議室

対象 市民
定員 先着50人（予約制）
持ち物 筆記用具

申し込み 28日までに電話または直接高齢者支援課包括支援係へ

生活、仕事、お金のこと、
ひとりで悩まず、相談してみませんか？

- 生活のこと
 - ▷どこに相談したらよいか分からない。頼れる人もいない。
 - ▷ひきこもりやニートで悩んでいる。
- 仕事のこと
 - ▷仕事はしたいけど、何から始めればよいか分からない。
 - ▷失業してしまった。再就職先が見つからない…。家賃が払えない…。
- お金のこと
 - ▷家計のやりくりが…。
 - ▷公共料金の滞納や借金の返済が大変だ。

悩みが深刻化する前に…。
まずは、お電話を！

問い合わせ 直通電話☎23-5888で生活自立支援窓口（市役所1階17番窓口生活福祉課内）
※つながらない場合は、市役所代表電話へおかけください。
※市役所での相談を希望する場合は、事前に電話で予約してください。

全国在宅障害児・者等実態調査

生活のしづらさなどに関する調査

問 厚生労働省☎03-5253-1111、市障がい者福祉課庶務係
障害者施策の推進に向けた検討の基礎資料を得るため、11月下旬～12月中旬に、厚生労働省が指定した区域内の対象世帯に調査員が訪問します。調査票をお渡しするので、後日郵送で回答をお願いします。

11月の休日歯科診療

問 健康センター☎23-2191



診療日	医療機関名	住所	電話番号
20日 （日）	梅郷歯科クリニック	梅郷4-702-3	77-0648
23日 （祝）	上田歯科医院	河辺町4-21-2	24-4182
27日 （日）	中丸歯科クリニック	長淵1-9	21-5500

※診療時間は午前9時～午後5時です。（受付終了時間は午後4時45分）
※受診の際は実施歯科医院に、必ず事前に電話で連絡してください。
※保険証、お薬手帳を持参してください。