

健康福祉

ひとりで悩まず相談を

3月は自殺対策強化月間です。自殺はさまざまな要因により起こり得ると言われており、誰もが心の健康を損なう可能性があります。市では随時相談や訪問を行っているのですが、決して一人では抱え込まず、誰かに相談しましょう。
市以外の主な相談窓口

相談窓口	開設時間
こころの健康相談 (☎ 0570・064・556)	【月～金】 午前9時～午後10時 (年末年始・祝日を除く)
群馬県こころの健康センター (☎ 027・263・1156)	【月～金】 午前9時～午後5時 (年末年始・祝日を除く)
群馬いのちの電話 (☎ 027・221・0783)	【毎日】 午前9時～翌午前0時 【第2・4金】 午前9時～翌午前9時
自殺予防「いのちの電話」 (☎ 0120・738・556)	【毎月10日】 午前8時～翌午前8時

問い合わせ 福祉課(☎④2384)

成人健康相談

健康や栄養について市の保健師・管理栄養士が対応する相談会を開催します。

相談は家族など本人以外でも受け付けます。

日時 3月20日(火)午後1時～4時(要事前予約)

会場 市保健センター

持ってくる物 各種検診結果票・健康手帳・お薬手帳など
相談対象者の健康状態が分かる物

問い合わせ 健康づくり課(☎④2808)

その他

国民年金保険料の納付猶予制度



日本に住む20歳以上60歳未満の人は、全員が国民年金へ加入することになっています。

経済的理由などによって国民年金保険料を納めることが困難な場合は、国民年金保険料の納付猶予制度をご利用ください。

納付猶予制度

自営業などの第1号被保険者のうち、50歳未満の人が対象です。世帯主(同居の親など)の所得に関係なく本人と配偶者の所得が一定以下の場合、保険料の納付が猶予されます。申請には、日本年金機構からの通知や年金手帳など基礎年金番号が分かる物と印鑑を持ってきてください。

学生納付特例制度

学生でも20歳を迎えると国民年金へ加入することになります。学生本人の収入が一定以下の場合、申請して承認を受けることにより、学期期間中の保険料の納付が猶予されます。申請には学生証(コピー可)または在学証明書(コピー不可)を持って来てください。

これらの制度を利用して保険料が猶予された場合、保険料を全額納めたときより受け取る年金額が少なくなります。

満額の年金を受け取るためには保険料をさかのぼって納めること(追納)が必要となります。追納できる期間は猶予を受けている月から10年間で

その他

本人以外の人が申請する場合は印鑑が必要です
申請・問い合わせ 保険年金課(☎④2259)

下栗須地内下水道事業計画変更案の縦覧

縦覧期間 3月1日(木)～14日(水)午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日を除く)

縦覧場所 下水道課

問い合わせ 下水道課(☎④2327)


道路の危険箇所をお知らせください



市道にできた穴や側溝のふたの破損などが原因で交通事故

問い合わせ 秘書課(☎④2208)


スマホでも「広報ふじおか」が読めます



マチイロ
マチを好きになるアプリ

スマートフォン用無料アプリ「マチイロ」を導入しています。お使いのスマホから「いつでも」・「どこでも」・「無料」で広報ふじおかを読むことができます。ぜひご利用ください。

利用方法の詳細は右のQRコードから確認してください ⇒⇒⇒



故が発生することがあります。事故を未然に防ぐため、危険箇所を見つけたときは連絡してください。皆さんのご協力をお願いします。

運転初心者の交通事故防止

県警察では運転初心者の交通事故防止対策を推進しています。春は、進学や就職など環境が変わり、普通免許を取得後すぐに車に乗り始める人が増える季節です。乗車の際は、交通ルール・マナーを守りましょう。

注意事項

- ▽交差点では停止線の手前でしっかり止まり、道路や歩行者、自転車などに對する安全確認を徹底する
 - ▽追突事故防止のため、運転中は、前方・周囲の状況の安全確認と運転操作に集中する
 - ▽走行中は制限速度を守り、前車との車間距離を確保する
 - ▽運転中は携帯電話やスマートフォンを使用しない
- 問い合わせ 県警察本部交通企画課(☎027・243・0110)

チャレンジサイクリングフェスタ 2018 上州藤岡ライド&ヒル

日時 6月17日(日)午前7時受け付け開始

集合場所 総合学習センター(メイン会場)

- コース
- ①チャレンジコース(60km)
※タイム計測区間あり
 - ②エンジョイコース(30km)
※タイム計測区間なし

- 対象
- ①中学生以上の人
 - ②小学生3年生以上の人

- 定員
- ①300人 ②200人
 - ※それぞれ先着順

- 参加料
- ①5,000円
 - ②▷小・中学生=1,500円
▷高校・一般=3,500円

申し込み 5月7日(月)までに▷郵便振替の場合=所定の申込用紙(郵便振替用紙コピー不可)に必要事項を記入し、最寄りのゆうちょ銀行または郵便局より送金(窓口手数料130円・現金自動預払機(ATM)手数料80円)してください▷インターネットの場合=RUNTES(<http://runnet.jp/runtes>)から申し込んでください。参加料の支払いはコンビニエンスストアかクレジットカードが選べます

ボランティア募集

日時 6月17日(日)
会場 総合学習センターおよび周辺
内容 イベント運営補助など
申し込み 5月7日(月)までにスポーツ課へ



問い合わせ チャレンジサイクリングフェスタ実行委員会(スポーツ課内☎⑤8213)