

せいかつじょうほうしこまき

3 2017
月号

がくねん か かわったり、しょくば か かわったり、そつぎょう ひっこ 引越など がつ 3月は 新しい変化が 多い季節です。
ぶし と 無事飛んだ MRJのように、みなさんも あたら へんかの かに しょうず の 上手に 乗ることが できますように。



ねんまえ 2年前の 11月に 県営名古屋空港から 初めて 飛んだ MRJと 小牧山の桜。

P2 ● センターモールの ご案内

● 次の税金の 支払い期限は
3月 31日 (金) です

● 外国人のための 相談窓口の お知らせ

P3 ● プラネタリウム 新番組

● 親子で楽しむ プラネタリウム

P4.5 ● 火災への 備え

P6 ● 小牧市 休日急病診療所

P7 ● 成人歯科検診の お知らせ

● 歯の健診 「いきいき世代 個別歯科検診」は
受けましたか？

P8 ● 乳幼児健診、その他の 教室の お知らせ

らびお センターモールのご案内



写楽の会 写真展

3月 1日(水) ~ 3月 10日(金)

写真40点を 展示します。

小牧市書道連盟 臨書展*

3月 6日(月) ~ 3月 12日(日)

書30点を 展示します。

場 所 小牧市まなび創造館(ラピオ5F) センターモール

*臨書…手本と そっくりに 書くこと。

問合せ先 まなび創造館 TEL.0568-71-9848



次の税金の支払い期限は3月31日(金)です

- 国民健康保険税(第10期)
- 介護保険料(第9期)
- 後期高齢者医療保険料(第8期)



支払いは 早めに!

支払いを 忘れないように するには、口座振替が 便利です。

税金を 口座振替で 支払う人は、支払い期限の 前の日までに 口座の 残りのお金を 確認してください。

平日の 昼は
忙しくて、
税金の 支払いが
できない 人は…

- ① 小牧市役所本庁舎2階で、税金の 払い方の 相談や、支払いが できます。
とき 3月 12日(日)、3月 26日(日) 8:30~17:15
- ② 小牧駅出張所で、税金を 払うことが できます。都合の 良いときに 利用してください。
8:30~17:15 ※ただし、年末年始は 休みです。
- ③ バーコード付きの 税金の 納付書は コンビニエンスストアでも 払うことが できます。
※ただし、納付書に 書いてある 期限までです。

問合せ先 収税課 TEL.0568-76-1117

外国人のための相談窓口のお知らせ

ポルトガル語 月~金

スペイン語・英語 月・火・木



小牧市役所 本庁舎 2階 市民安全課の中 9:00 ~ 17:00 (12:00~13:00は お休み)

そのほか、保険年金課と 保育課に 9:00~ 17:00 まで、福祉総務課に 9:30~ 16:30 まで、ポルトガル語を 話すことが できる 職員が います。

問合せ先 市民安全課 TEL.0568-76-1120 (相談直通)



ぶらねたりうむ

しんばんくみ

プラネタリウム 新番組

※解説…**わかりやすく**
説明すること。

「プラネタリウム ちびまる子ちゃん 星にねがいを」(春の 星座解説付)

人気キャラクターの「ちびまる子ちゃん」の、オリジナル ストーリーです。

「ちびまる子ちゃん」の 世界観と 星空の魅力が 結びついた 子どもから 大人まで 楽しめる 番組です。

日時 3月1日(水)から

火～金曜日 ①15:30～ (※春休みの 火～金は、13:30～の 部も あります。)

土、日、祝日 ①10:30～ ②13:30～ ③15:30～

所要時間：45分

※土・日・祝日は、別の番組 又は イベント開催で、番組を 変更する 場合が あります。

場所 小牧中部公民館 プラネタリウム (小牧市 小牧 5-253)

お休み 月曜日 (祝日は 開いています。)

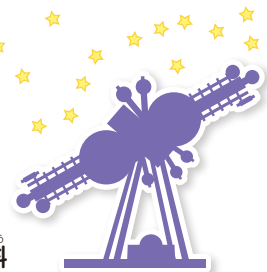
対象 だれでも

定員 各回 80人

料金 100円 (3才以上) ※中学生以下は、土・日・祝日の 入場無料

[団体料金 50円 (30人以上、1週間前までに 電話予約を してください。)]

※団体の ご予約は 時間・曜日が 限られます。必ず 事前に お問い合わせ ください。



おやこ

たの

ぶらねたりうむ

親子で楽しむ プラネタリウム

春の 星座解説と「お星さん たいへんです」

※解説員の 星座案内と プラネタリウム番組を お楽しみください。

※番組の 最後に 天文クイズを やるよ! クイズに 正解すると、星座缶バッジが もらえるよ!!

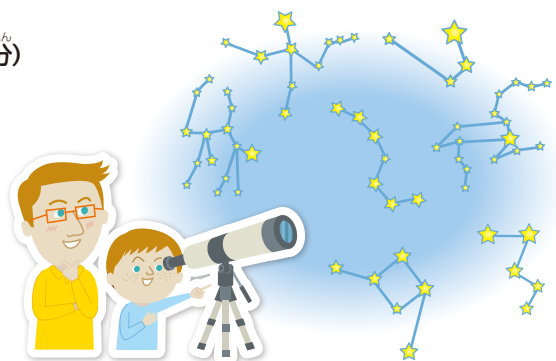
日時 3月11日(土) 10:30～ (40分)

場所 小牧中部公民館 プラネタリウム
(小牧市 小牧 5-253)

対象 だれでも

定員 80人

料金 100円 (※中学生以下 無料)



問合せ先 小牧中部公民館 TEL.0568-75-1861

火災への備え



住宅防火

日頃から、火を出さないようにすることが大切です。

次の7つのポイントに注意をして、火災予防に努めましょう。

※火災…火による災害のこと。

※防火…火災の発生を防ぐこと。

住宅防火 いのちを守る7つのポイント

対策

1 逃げ遅れないために、**住宅用火災警報器**を設置する。

2 ベッドやふとん、着るものやカーテンからの火災を防ぐために、**防災品**を使用する。

3 火災を小さいうちに消すために、**住宅用消火器**などを置く。

4 お年寄りや身体の不自由な人を守るために、**隣近所の協力体制**をつくる。



習慣

5 **寝たばこ**は、絶対やめる。

6 **ストーブ**は、燃えやすいものから離れた位置で使う。

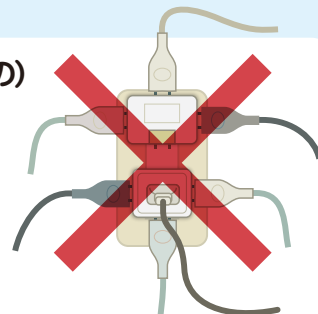
7 **ガスコンロ**などのそばを離れるときは、必ず火を消す。



(参考：総務省消防庁HP)

電気器具の取り扱い方法と普段からの心得

- 1 たこ足配線をしない。(たこ足配線は右の図のようなもの)
- 2 プラグを抜くときは、コードを無理に引っ張らない。
- 3 使わないときは、プラグをコンセントから抜く。
- 4 トラッキング現象を発生させないように定期的にプラグのホコリやサビを取り除く。



●トラッキング現象とは

差しっぱなしのコンセントにホコリと水分が溜まり、スパークが発生して火が出る現象です。(写真は、東京消防庁HPより)



住宅用火災警報器を 設置してください

近年の住宅火災による死者数の急増を踏まえ、住宅やアパート、マンションへの住宅用火災警報器の設置が義務づけられました。

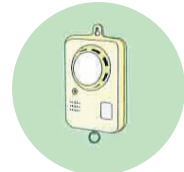
設置しなければいけない箇所

- 寝室**：寝る部屋に設置!
- 階段**：寝室がある階の階段に設置!
- 台所**：義務ではないが、設置がおすすめ!

火災で発生する煙や熱などを感知し、ブザーや音声で火災の発生を知らせます。



天井タイプ



壁掛けタイプ

着衣着火にご注意ください!

着ている衣服に燃え移る火災を着衣着火といいます。

小牧市内でも死傷者が発生しており、身の周りで起こりやすい火災です。

もし、着ている衣服に火が移ってしまったら、地面で転げ回って消火します。近くに風呂場や汲み置きの水がある場合は、水をかけて消火します。※消火後は、必ず病院で医師の診察を受けましょう。

火災発生時の行動

火災発生時には、次の3ステップを心がけ、あわてずに冷静に行動しましょう。

初期消火

- 1 早く知らせる**
 - 「火事だ」と大声を出して近所に知らせましょう。
 - 119番通報をしましょう。
- 2 早く消す**
 - 消火器などを使って落ちついて消火しましょう。
- 3 早く逃げる**
 - 建物の中では天井に火が燃え移ったら消火を止め逃げましょう。
 - 煙の中を逃げるときは、なるべく低い姿勢で、タオルなどで口と鼻をおさえ逃げましょう。

消火器の使い方

- ① 安全栓を引く。
- ② ホースを外し、火元に向ける。
- ③ レバーを強く握る。

●街頭消火器を利用しよう!

小牧市では、災害時の初期消火用としてマンション、アパートを除き、街頭消火器を設置しています。



※避難…安全な場所に逃げること。

問い合わせ 消防本部 予防課 TEL.0568-76-0223

こまきし きゅうじつ きゅうびょう しんりょうじょ

小牧市 休日急病診療所

しんりょう しんさつ ちりょう おこな
 ※診療 … 診察や 治療を 行うこと。

さいへん きゅうじつ びょうき
 さあ大変、休日の 病気・けが。
 みな きゅうじつ けいけん
 皆さんは 休日に こんな経験は ありませんか。

- 子どもの 急な 発熱。
- 公園で 子どもが けがを してしまった。
- 包丁で 手を切り、血が 止まらない。
- 歯が 痛くて、ご飯が 食べられない。

とま
 そんな時の ために 休日急病診療所は あります。
 ばしょ ぼけん せんたー しきぢない
 場所は 保健センター 敷地内です。



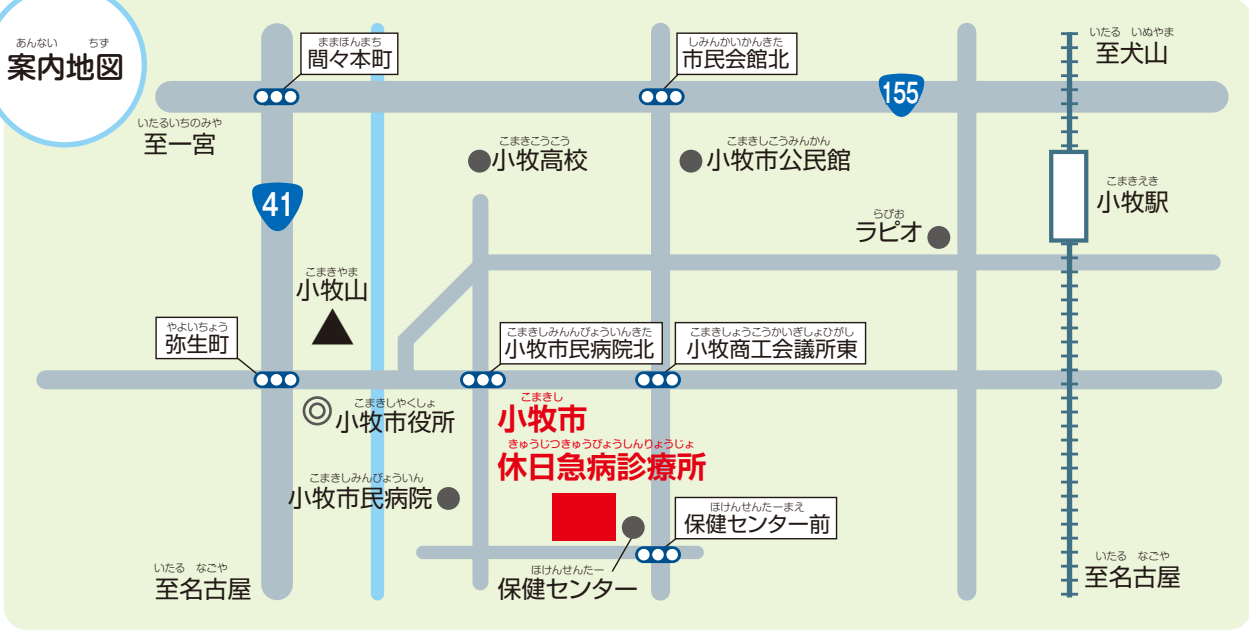
診療科目等 しんりょうかもくなど

診療科目 しんりょうかもく	ないか しょうにか げか しか 内科・小児科・外科・歯科
診療日 しんりょうび	にちよう しゅくじつ ねんまつ ねんし がつ にち がつ にち 日曜・祝日・年末年始 (12月31日 から 1月3日)
受付時間 うけつけじかん	ないか しょうにか げか 内科・小児科・外科 …… 8:30 ~ 11:30、13:00 ~ 16:30 しか 歯科 …… 8:30 ~ 11:30
診療時間 しんりょうじかん	ないか しょうにか げか 内科・小児科・外科 …… 9:00 ~ 12:00、13:00 ~ 17:00 しか 歯科 …… 9:00 ~ 12:00

なお、この診療所は「労災保険 指定医療機関」では ありませんので「労災保険」で 受診される 場合は、
 ろうさい ぼけん じゆしん ばあい
 「労災保険 指定医療機関」で 受診して ください。

と あ さき
 問い合わせ先
 きゅうじつ きゅうびょう しんりょうじょ
休日急病診療所
 TEL.0568-75-2070 〒485-0044 小牧市 常普請 1-318

案内地図



成人歯科健診のお知らせ

「成人の約8割が歯周病」といわれています。特に糖尿病の方や妊娠中の方は歯周病にかかる割合がかなり上がります。むし歯があるかどうか気になる方、ご自身に合った歯科医院をお探しの方、この機会に「成人歯科健診」を受けてみませんか。



- 内容** 歯科健診、歯肉、顎関節の健診、歯みがき指導 等
- 日時** ① 2月23日(木) 9:15～11:15まで
② 3月16日(木) 9:15～11:15まで
(受付時間が異なります。詳しくはお問い合わせ下さい。)
- 場所** 保健センター
- 対象** 20歳以上の方 もしくは 妊娠中の方 (住民登録のある方)
- 定員** 30人 **料金** 無料
- 申し込み** ①2月22日(水)、②3月15日(水)までに、お電話等で保健センターへ

問合先 保健センター 成人保健係 TEL.0568-75-6471

無料歯科健診「いきいき世代個別歯科健診」のご案内

歯はあって当たり前… そんなふうに思っていないですか？
元気で生き生きした毎日を過ごす為には、歯や歯肉の健康が欠かせません！
最近、歯医者さんへ行ってない方、かかりつけの歯医者さんをお探し中の方、
無料のこの機会にぜひ、歯科健診を受けてみませんか？



- 日時** 3月31日(金)まで
(受診期限がせまっています。ご希望の方はお早めにどうぞ。)
- 場所** 市内 実施 歯科医療機関
- 対象** *右記対象者に案内八ガキをお送りしていますので、受診方法や実施医療機関については、そちらをご覧ください。
- 料金** 無料
- 申し込み** お電話等で事前に実施歯科医療機関へ直接お申し込み下さい。
- 問合せ** お電話等で保健センターへお問い合わせ下さい。

40歳	(1975年 4月 2日～ 1976年 4月 1日)
50歳	(1965年 4月 2日～ 1966年 4月 1日)
60歳	(1955年 4月 2日～ 1956年 4月 1日)
70歳	(1945年 4月 2日～ 1946年 4月 1日)

問合先 保健センター TEL.0568-75-6471



健診のお知らせ

母子健診などのカレンダー

※親子(母子)健康手帳を 忘れずに 持って 来て ください。

内容	日にち	場所	受付時間	対象・内容・申し込みなど
4か月児健診・ はやおやし か げんしん 母親歯科健診	3月14日(火)	保健センター	13:05~13:55	2016年11月 1日~ 8日生まれ
	3月21日(火)			2016年11月 9日~15日生まれ
	3月28日(火)			2016年11月16日~24日生まれ
	4月 4日(火)			2016年11月25日~30日生まれ
1歳6か月児健診	3月 3日(金)	保健センター	13:05~14:15	2015年 9月 1日~ 8日生まれ
	3月10日(金)			2015年 9月 9日~18日生まれ
	3月17日(金)			2015年 9月19日~30日生まれ
2歳3か月児歯科健診	3月 2日(木)	保健センター	9:00~10:10	2014年12月 1日~15日生まれ
	3月 9日(木)			2014年12月16日~31日生まれ
3歳児健診	3月 1日(水)	保健センター	13:05~14:15	2014年 3月 1日~10日生まれ
	3月 8日(水)			2014年 3月11日~19日生まれ
	3月15日(水)			2014年 3月20日~31日生まれ
BCG接種	3月13日(月)	保健センター	13:45~14:30	生後5か月~1歳未満
	3月22日(水)			標準的 接種期間は 生まれてから 5か月~8か月未満
	3月27日(月)			

※対象の方には 事前にお手紙を送りますので、詳しい受付時間は お手紙で 確認して下さい。

※健診は 必ず 受けましょう。都合が 悪い場合は、保健センターへ 相談して下さい。

離乳食教室 (初期ごっこ教室)	3月 8日(水)	保健センター	10:00~11:00	4か月児以降の保護者(27名)赤ちゃんも参加もできます ●料金/無料 ●申し込み/保健センター 予約必要
離乳食教室 (後期かみかみ教室)	3月24日(金)	保健センター	10:00~11:00	9か月児以降の親子(21組) ●料金/無料 ●申し込み/保健センター 予約必要
パパママ教室	3月 5日(日)	保健センター	10:00~12:00	市内在住の 妊婦と その夫(妊婦のみの参加もできます)30組 ●内容/赤ちゃんとの暮らしについて、お父さんの役割について、妊娠中の食事について、パパ・ママのお口の健康について、 赤ちゃん人形だっこ体験、妊婦体験 ●持ち物/親子(母子)健康手帳 ●申し込み/保健センター 予約必要
母乳相談	3月 7日(火)	保健センター	10:00~12:00	●料金/無料 ●申し込み/保健センター 予約必要
	3月14日(火)			
	3月21日(火)			
	3月27日(月)		13:00~16:00	
育児相談、 妊婦・産婦健康相談	3月28日(火)		10:00~12:00	
	3月10日(金)	大城児童館	10:00~11:15	●内容/育児についての 不安や 心配ごとの 相談、 身体計測、 血圧測定、 尿検査(希望者のみ)
にこにこむし歯予防相談	3月10日(金)	大城児童館	10:00~11:15	●内容/歯みがき、歯ならびについての 不安や 心配ごとの 相談 ●持ち物/親子(母子)健康手帳、歯ブラシ ●料金/無料 申し込み不要
				●内容/歯みがき、歯ならびについての 不安や 心配ごとの 相談 ●持ち物/親子(母子)健康手帳、歯ブラシ ●料金/無料 申し込み不要
赤ちゃん訪問				保健連絡員と保健連絡員OBが 生後2~3か月頃の 赤ちゃんの ご自宅に 出産祝い品を 持って 訪問します。 (事前に電話で都合をききます)
低体重児届				出生体重が 2,500g未満の 赤ちゃんが 生まれたら、 低体重児届出書を出しましょう。 届出先:保健センター または 保険年金課

問合先 保健センター TEL.0568-75-6471 FAX.0568-75-8545

小牧市役所 地域活性化営業部 シティプロモーション課 にぎわい創出係
〒485-8650 愛知県小牧市堀の内三丁目1番地 電話.0568-76-1173 FAX.0568-75-8283
http://www.city.komaki.aichi.jp/otherlanguage/japanese.html

