

せいかつじょうほうしこまき

7 2020
月号

P1 ●市民 四季の森

●個人番号(マイナンバー)の通知

P2 ●母子健診などのカレンダー

P3 ●成人検診のおしらせ

P4 ●夏の交通安全運動は7月11日から20日までの10日間です

●プラスチック製 買物袋を減らすため 協力してください

●新しいコロナウィルスの病気に ついて

●次の 税金の 支払い期限は 7月31日(金)です

P5 ●国民年金保険料を

払えない?

相談してください!

●外国人のための 相談窓口の おしらせ

●KIA ボランティア説明会 参加者募集

●KIA 国際交流協会 非常勤職員募集

P6 ●風水害・土砂災害への 備え



市民 四季の森

市民四季の森は、面積 28.2ha。アジサイ、バラなどの多数 植物が 植えられています。

問合せ先 みどり公園課 TEL.0568-76-1191

個人番号(マイナンバー)の通知

個人番号の通知が届きます

※今までの通知カードは 廃止になりました。

新しく 個人番号が ついた人には、「個人番号通知書」が 後ほど 簡易書留郵便(直接 受けとりしないといけない 郵便)で 家に 届きます。

個人番号通知書は 大切にしてください

個人番号は、一人につき 一つの 大切な 個人の 情報です。なくさないように 気をつけてください。

※通知書は、一度しか 発行しません。通知書を なくした時は マイナンバーが 入っている 住民票の 写しか、住民票記載事項証明書で 個人番号を 確認できます。

ぜひ マイナンバーカードを 申請してください

個人番号通知書と 一緒に、マイナンバーカードの 交付申請書が 入っています。顔写真を 貼って、申請書を送る封筒で 送ってください。また、個人番号通知書に 書いてある QRコードを 使って インターネット(ウェブサイト)での 申請も できます。

マイナンバーカード

身分証として 使えます…… マイナンバーカードは 公的な 顔写真付き身分証です。

マイナポータル …子育ての 手続きの 申請・届出などが 簡単になり、お知らせの サービスも あります。

健康保険証等としての 利用 …マイナンバーカードは 健康保険証として 使う 予定です。

小牧市民病院では 診察券として 使うことが できます。

コンビニ交付 …コンビニで、住民票・印鑑証明書・所得課税証明書を、一通100円で 受けとれます。

●使える時間 AM6:30~PM11:00 (12/29~1/3を 除く)

問合せ先 市民窓口課 TEL.0568-76-1122



マイナちゃん



健診のおしらせ

※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため 状況により 変更 または中止になることがあります。

*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。

母子手帳



種 類	日 次	場 所	受付時間	対象・内容・申し込みなど
4か月児健診・ ははおや し か けんしん 母親歯科健診	7月 7日(火) 7月14日(火) 7月21日(火) 7月28日(火)	保健センター	13:05~14:00	対象の人へ 個別に 案内します
1歳6か月児健診	7月 3日(金) 7月10日(金) 7月17日(金)	保健センター	13:05~14:15	対象の人へ 個別に 案内します
2歳3か月児歯科健診	7月 2日(木) 7月16日(木)	保健センター	9:00~10:10	対象の人へ 個別に 案内します
3歳児健診	7月 8日(水) 7月15日(水) 7月29日(水)	保健センター	13:05~14:15	対象の人へ 個別に 案内します
BCG接種	7月 9日(木) 7月16日(木) 7月31日(金)	保健センター	13:45~14:30	生まれてから 5か月~1歳未満 (標準的 接種期間は 生まれてから 5か月~8か月未満)



※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため 予定が 変更になることがあります。 ※健診を受ける時は バスタオルを持ってきてください。

※対象の人には 前もって 手紙を送ります。詳しい 受付時間は 手紙で 確認してください。

※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 相談してください。

親子健康手帳 (母子健康手帳) 交付	平日 月~金 (祝日、 年末年始除く)	子育て世代 包括支援センター (ラビオ3階)	9:30~17:30	●内容/保健師・助産師が 親子健康手帳を 渡します 妊娠中の 不安や 心配事などを 相談して ください ●持ち物/妊娠届出書 または 医師の 診断書、マイナンバーカード (マイナンバーカードが ない場合は 通知カードと 身分証がいります)
離乳食教室 (初期ごっこん教室)	7月 8日(水)	保健センター	10:00~11:00 ごろ	●対象/4か月児以降の 保護者 赤ちゃんも 参加できます ●料金/0円 ●申し込み/保健センター ●持ち物/親子(母子)健康手帳、バスタオル など 予約必要
離乳食教室 (後期かみかみ教室)	7月17日(金)	保健センター	10:00~11:00 ごろ	●対象/9か月児以降の 親子 ●料金/0円 ●申し込み/保健センター ●持ち物/親子(母子)健康手帳、バスタオル など 予約必要
パパママ教室	7月 5日(日)	保健センター	10:00~12:00	●対象/市内在住の 妊婦と その夫 (妊婦のみの 参加も できます) 10組 予約必要
母乳相談	7月 7日(火) 7月17日(金) 7月22日(水) 7月28日(火) 7月31日(金)	子育て世代 包括支援センター (ラビオ3階)	10:00~12:00 10:00~12:00 10:00~12:00 10:00~12:00 13:00~16:00	●料金/0円 ●申し込み/子育て世代 包括支援センター (ラビオ3階) 電話 0568-71-8611 予約必要
育児相談・ 妊婦・産婦健康相談	7月 3日(金) 7月10日(金) 7月14日(火)	西部児童館 Tel.0568-42-0205 篠岡児童館 Tel.0568-79-0690 味岡児童館 Tel.0568-75-4999	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 ●申し込み/各児童館 (定員あり)
にこにこ歯 予防相談	7月14日(火)	味岡児童館 Tel.0568-75-4999	10:00~11:15	●対象/乳幼児(特に 1歳ぐらいの お子さんに おすすめです) ●内容/歯みがき、歯ならびに 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/0円 ●申し込み/味岡児童館 (定員あり)
赤ちゃん訪問	保健連絡員 または 保健連絡員OBが、生まれてから 1~3か月ぐらいの 赤ちゃんの いる家に、 出産祝い品を 持って 訪問します。(前もって 電話などで 都合を 聞きます)			
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/子育て世代包括支援センター (ラビオ3階) または 保険医療課			
1st アニバーサリー 事業	生後 10か月ごろ ご自宅に アンケートが 届きます。アンケートを 出して プレゼントを もらいましょう。 ●もらえる場所/子育て世代包括支援センター (ラビオ3階) または 市内児童館			

詳しいことを 知りたひ人は、
右の 問合先へ
聞いて ください。

問合先 保健センター TEL.0568-75-6471 FAX.0568-75-8545
子育て世代 包括支援センター(ラビオ3階) TEL.0568-71-8611 FAX.0568-71-8612

健診のお知らせ〈成人検診のお知らせ〉

※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため
予定が変更になることがあります。



種類	日にち	時間	場所	対象・料金・申し込みなど
胃がん検診 (胃部X線間接撮影)	7月22日(水) 7月31日(金)	9:00~11:05	保健センター	●対象/30歳以上の小牧市に住民登録のある人 ●定員/24人/回 ●料金/1,000円(70歳以上は500円) ●申し込み/保健センター
大腸がん検診 (便潜血反応検査)	※検体容器は保健センターで回収します。 回収日の予定は、検体容器を送る時に知らせます。			保健センター ●対象/30歳以上の小牧市に住民登録のある人 ●料金/500円 ●申し込み/保健センター
子宮がん検診 (頸部のみ)	8月24日(月)	9:00~15:30	保健センター	●対象/20歳以上の小牧市に住民登録のある人で 下の表のどれかの人 ●定員/80人 ●料金/1,000円(70歳以上は500円) ●申し込み/保健センター
乳がん検診 (マンモグラフィ)	7月20日(月) 7月30日(木) 8月27日(木)	9:00~15:30	保健センター	●対象/40歳以上の小牧市に住民登録のある人で 下の表のどれかの人 ●定員/80人/回 ●料金/1,000円(70歳以上は500円) ●申し込み/保健センター
乳がん検診 (超音波)	8月11日(火)	9:00~11:00	保健センター	●対象/30歳から39歳の小牧市に住民登録のある人 ●定員/50人/回 ●料金/1,000円 ●申し込み/保健センター
胸部X線検診	8月17日(月)	9:00 11:00	保健センター	●対象/65歳以上で小牧市に住民登録のある人 ●定員/なし ●料金/0円 ●申し込み/保健センター
肺がん検診 (喀痰検査)	●受診期間 2021年 2月26日(金)まで ※検体容器回収日の予定は、 検体容器を送る時に知らせます。			容器に3日分の 痰をとり、 保健センター等へ 提出か各自で郵送 ●対象/50歳以上の小牧市に住民登録のある人で 「1日にたばこを吸う本数×たばこを吸った年数」が600以上の人 ●定員/なし ●料金/500円 ●申し込み/2021年2月12日(金)までに 保健センター
子宮がん 個別検診 (内診、視診、 細胞診)	●受診期間 2021年 3月31日(水) まで	こまきしない 小牧市内の 産婦人科	●対象/20歳以上の小牧市に住民登録のある人で 下の表のどれかにあてはまる人 ●料金/頸部がん検診:1,000円 頸部・体部がん検診:2,000円(70歳以上は500円) ※体部がん検診は医師が必要と認めた人だけ受けることができます ●申し込み/下の表の①~③の人:小牧市内の産婦人科 下の表の④の人:前もって保健センターへ聞いてください。	
乳がん 個別検診 (マンモグラフィ)	●受診期間 2021年 2月14日(日) まで	みわ レディース クリニック	●対象/40歳以上の小牧市に住民登録のある人で 下の表のどれかにあてはまる人 ●料金/1,500円(70歳以上は500円) ●申し込み/下の表の①~③の人:みわレディースクリニック (Tel.0568-76-2603)、下の表の④の人:前もって保健センターへ聞いてください。	
人間ドック	●受診期間 2021年 2月14日(日) まで	市内の 指定 医療機関	●身体計測・血圧・尿検査・血液検査・胃、大腸、胸部X線のがん検診 ●対象/40歳以上の市内に住民登録のある人で、国民健康保険または後期高齢者医療保険に入っている人と、協会けんぽの被扶養者 ●料金/国民健康保険・後期高齢者医療保険に入っている人:4,900円(70歳以上1,900円)、 協会けんぽの被扶養者:6,280円(70歳以上3,280円) ※人間ドックを受診するときはそれぞれの保険から送られた受診券がいます。 ●申し込み/市内指定医療機関(詳しくは、保健センターへ聞いてください)	

対象者	① 無料クーポンが届いた人	② 誕生日が1989年1月7日以前で奇数年に生まれた人
	③ 誕生日が1989年1月8日以降で偶数年に生まれた人	④ ①~③以外で2019年度に受診していない人

【乳がん検診・子宮がん検診】について

※乳がん(マンモグラフィ)、子宮がん検診は、厚生労働省の「がん検診の指針」に基づき、
2年に1回の受診としています。

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



夏の交通安全運動は 7月11日から 20日までの10日間 です

新型コロナウイルスにより 道が すいているため 自動車の スピードオーバーが 原因の
交通死亡事故が 多くなっています。車や 自転車等を 運転する人、歩行者(歩いている人)が
それぞれルールを 守り、他の 人を 思いやることが 大切です。



- 【自動車、オートバイの 注意事項】**
- 横断歩道に 歩行者が いる場合は、必ず 手前で 停まる。
 - 高齢者や 子どもの 動きに 注意する「思いやり」のある 運転を する。
- 【自転車の 注意事項】**
- スマートフォンを 使いながらの 運転は、絶対しない。
 - 歩道は 歩行者優先。歩道を 走るときは、車道寄りを ゆっくり走る。
- 【歩行者の 注意事項】**
- 道路を横断するときは、左右を よく見て、横断歩道や 信号の あるところを 渡る。
 - 夜は、明るい色の 服を 着て、反射材を 使う。

問合先 市民安全課 交通防犯係 TEL.0568-76-1137

プラスチック製 買物袋(レジ袋)を 減らすため 協力してください!

プラスチックは、とても便利な 素材で、たくさんのものに 使われています。
しかし、その多くは、使い捨てに なっていて、海へ プラスチックごみが 流れてしまったり、
地球温暖化などの 課題が あります。そのため、2020年 7月 1日から、
全国で プラスチック製 買物袋(レジ袋)が 有料(お金が かかること)に なりました。
プラスチック製 買物袋(レジ袋)を 減らすために、
買い物を するときは マイバッグを 持っていきましょう!



小牧市環境キャラクター エコリン

問合先 環境対策課 TEL.0568-76-1181

新しい コロナウイルスの 病気(COVID-19)が 広がるのを 防ぐため、
いろいろな 行事が 変わったり なくなったり するかも しれません。
詳しくは、各問合せ先に 聞いて ください。

○新しい
コロナウイルス(COVID-19)の
病気について



<http://www.city.komaki.aichi.jp/admin/lifeinfo/28919.html>

次の 税金の 支払い期限は 7月 31日(金) です

●固定資産税(第2期) ●国民健康保険税(第2期) ●介護保険料(第1期)

支払いは
早めに!

口座振替に すると 便利です。税金を 口座振替で 支払う人は、支払い期限の 前日までに 口座の
残りのお金を 確認してください。スマートフォンアプリ「PayB」でも 市税等の 支払いが できます。
くわしくは PayBホームページ (<https://payb.jp/>) から 確認して ください。

平日の 昼は

忙しい、
税金の 支払いが
できない 人は...

毎週日曜日に 市役所の 窓口で 支払いが できます。(年末年始 除く)

① 市役所本庁舎 2階で、税金の 払い方の 相談が できます。税金を 払うことも できます。

とき ▶ 7月 12日(日)、7月 26日(日) 8:30~17:15

② 市役所本庁舎 1階で、税金を 払うことが できます。

とき ▶ 7月 5日(日)、12日(日)、19日(日)、26日(日) 8:30~17:15

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。

問合先 収税課 TEL.0568-76-1117/0568-76-1118

国民年金保険料を 払えない? 相談してください!

本人と 家族の 収入が 少ない時に、申しこんで 認められると 国民年金保険料を 安くすることが できます (免除申請と いいます)。50歳未満の 人は、本人と 配偶者(夫や妻)の 収入だけで 申しこみできるので、希望する人は 市民窓口課に 申しこんで ください。★申請時点の 2年 1ヶ月前までの 期間について 申しこみ できます。今までに 申しこんで 免除や 猶予に なっている人も、毎年 7月以降に 更新の 申しこみが あります。

日本の 法律に より、日本に 住んでいる 外国の 人も 20歳以上 60歳未満の 人は、国民年金に 加入し、保険料を 払わなければ なりません。国民年金には、3種類の 年金が あります。

◎**老齢基礎年金**… 国民年金保険料を 10年以上 払っている(免除が 認められている)人が 65歳に なってから 申しこむと もらえます。

◎**障害基礎年金**… 国民年金加入中の 病気や けがで 障害等級1級 又は 2級に なった人が、申しこんで 認められると もらえます。

◎**遺族基礎年金**… 国民年金加入中に 亡くなった 人の 遺族の 方が、申しこんで 認められると もらえます。

※**脱退一時金**… 国民年金保険料を 6ヶ月以上 支払った 外国の 人は、出国後 2年以内であれば 脱退一時金を 請求できる 場合があります。出国する 前に 聞きに きてください

問合先 **市民窓口課** TEL.0568-76-1124



外国人のための 相談窓口の おしらせ

小牧市役所 本庁舎 2階 多文化共生推進室の中
9:00~17:00 (12:00~13:00は お休み)

そのほか、保険医療課と 幼児教育・保育課に ポルトガル語 (9:00~17:00)、福祉総務課に ポルトガル語 (9:00~16:30)、子育て世代包括支援センターに ポルトガル語と スペイン語 (9:30~17:30) を 話すことが できる 職員が います。その他の 言語も、自動翻訳機を 使って 話すことが できます。

問合先 **多文化共生推進室** TEL.0568-76-1675 (相談直通)

ポルトガル語・スペイン語・英語 | 月~金



ボランティア説明会 参加者募集

日時 7月 18日(土) 13:00~15:00

場所 市民館4F 視聴覚室

対象 いろいろな 国の 人と 一緒に 楽しむことが 好きな人。

料金 0円 ※来る前に 電話を してください。

ボランティア活動を
はじめませんか。



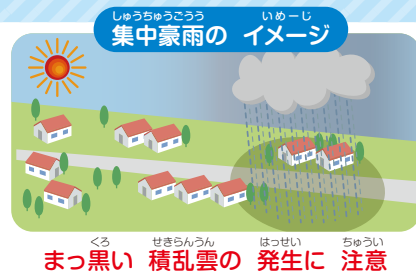
国際交流協会 非常勤職員募集

仕事の内容	協会での 事務	定 員	1人	時 給	1,135円
対 象	ワード、エクセルでの 業務が できる人。国際交流に 関心の ある人で、日本語の ほか、スペイン語 または ポルトガル語での 業務が できる人				
勤務日・勤務時間	9月 1日から 週5日(火~土) 9:00~17:00 (休憩1時間) ※状況により 時間外、休日の 勤務が あります。				
申込方法	7月 25日(土)までに、履歴書を 小牧市国際交流協会へ 出してください。(郵便でも 受け付けます。)				

問合先 **小牧市国際交流協会(KIA)** TEL.0568-76-0905 FAX.0568-71-8396 E-mail: kia@ma.ccnw.ne.jp
小牧市小牧2-107 小牧市民館 4階 ※9:00~17:00 (12:00~13:00、日曜日、月曜日、祝日は お休み)

風水害・土砂災害への備え

台風や集中豪雨(とても強く降る雨)の時は、強い風とたくさんの雨で、建物が壊れたり人がけがをする、風水害が起こることがあります。また、たくさんの雨や地震などで、山やがけが崩れたり、水と一緒にたくさんの土や石が流れてくる、土砂災害が起こることがあります。



まっ黒い積乱雲の発生に注意

避難する時の注意事項

風水害・土砂災害

避難情報などが発表されていない場合でも、危険や不安を感じた時は、避難しましょう。



雨のピークや夜など外に出ると危ないと思ったら、自分の家や頑丈な建物の2階以上に避難するなど、命を守る行動をとりましょう。

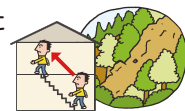
土砂災害

「小石がバラバラ落ちる」「がけから水が湧き出す」「山鳴りがする」「川が濁り流木が混ざる」これらは土砂災害の前ぶれかもしれません。これらの現象を見つけたら、その場を離れてください。

土砂の流れてくる方から、遠くて高い場所へ逃げましょう。



頑丈な建物の高い階(斜面の反対)などに、避難しましょう。
※避難…安全な場所に逃げること



注意報・警報などをチェック! 早めの避難を心がけましょう!

災害の発生危険の高まりに応じて出される避難情報を確認し、早めの避難を心がけましょう。

警戒レベル、避難情報等ととるべき行動

警戒レベル	避難情報等	とるべき行動
警戒レベル5	災害発生情報 ※市が発令	既に災害が発生している状況です。 命を守るための最善の行動をとりましょう。
警戒レベル4 (全員避難)	避難勧告 避難指示(緊急) ※市が発令	速やかに避難所へ避難しましょう。 避難所までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所への避難や、自宅内のより安全な場所に避難しましょう。
警戒レベル3 (高齢者等は避難)	避難準備・高齢者等避難開始 ※市が発令	避難に時間を要する人(高齢の方、障がいのある方、乳幼児等)とその支援者は、避難をしましょう。 その他の人は避難の準備を整えましょう。
警戒レベル2	洪水注意報 大雨注意報 ※気象庁が発令	避難に備え、小牧市防災ガイドブック等により、自らの避難行動を確認しましょう。
警戒レベル1	早期注意情報 ※気象庁が発令	災害への心構えを高めましょう。

水害・土砂災害から身を守る4つのポイント!

- 前もって自分の家の周りの危険な場所をマップで確認する。
- 普段から天気予報や防災情報をチェックする習慣をつける。
- 雨が降り出したら、避難情報や注意報・警報などに気を配り、危険な場所にいる場合には早めに避難する。
- 危険や不安を感じたり、高齢者・障がい者の人などが一緒の場合には、早めに避難する。

防災のお知らせはこちらから

小牧市防災情報メール

地震・大雨・暴風・ミサイルの発射など、防災のおしらせをメールで受けとることができるサービスです。



問合先 防災危機管理課 TEL.0568-76-1171

編集
発行

小牧市役所 市民生活部 多文化共生推進室 多文化共生係
〒485-8650 愛知県小牧市堀の内三丁目1番地
電話.0568-39-6527 FAX.0568-72-2340 <http://www.city.komaki.aichi.jp/admin/lifeinfo/10822.html>

※詳しくは各担当窓口にて聞いてください

こまきがいこくじんのかたへ 検索



PRINTED WITH SOY INKS

環境のためにリサイクルペーパーを使用しています。

環境のためにインキには大豆油インキを使用しています。