

せいかつじょうほうしこまき

7 2023
月号

P1 ●図書館には 外国語の 絵本が たくさん あります

●KIA 秋の 英語基礎講座

P2 ●母子健診などの カレンダー

P3 ●成人検診の おしらせ

P4 ●次の 税金の 支払い期限は 7月 31日(月)です

●熱中症に 気をつけましょう ●漢字教室で 勉強しませんか

P5 ●国民年金保険料を 払えない? 相談してください!

P5 ●がんになった人の

在宅療養費(家で 受ける

サービス)の 助成

／がんになった人の 医療用 補整具購入費の 助成

P6 ●多文化共生 ワークショップ

●第44回 小牧市民まつり 出演者募集

●家庭用 LED照明器具 買替支援補助金

図書館には 外国語の 絵本が たくさん あります

小牧市 中央図書館の 1階 児童エリアには 外国語の 絵本も あります。

子どもと 一緒に ゆっくり 本を 読む 時間を 楽しむことができます。



中央図書館1階 児童エリアの「外国語のほん」の コーナーには、英語、中国語、

ポルトガル語などの、日本語以外の 絵本が あります。「りんごかもしれない」「100かいだてのいえ」など、日本で

人気のある 絵本の 外国語版も あります。また、最近は ベトナム語の 本も 増えてきました。ふるさとの 言葉で 書かれた

物語を やさしく 読み聞かせる 親子の時間は とても 大切です。日本語や ほかの 言語の 絵本と 読み比べてみるのも

面白いですよ。みなさん ぜひ 図書館に 来てください。

問い合わせ 中央図書館 TEL.0568-73-9951



秋の 英語基礎講座

もう一度、英語に チャレンジしてみませんか!

日時 初級クラス 8月 23日 ~ 10月 25日(水曜日 13:30~15:30)

中級クラス 8月 18日 ~ 10月 20日(金曜日 10:00~12:00) (どちらも 全部で 10回)

場所 小牧市公民館4階 チェスルーム

対象 18才以上で、小牧市に 住んでいる・小牧市で 仕事をしている・
小牧市の 学校で 勉強を している人、または KIA会員の 人

定員 初級、中級 それぞれ 16人

※申し込みが 16人より 多いときは、くじで 決めます。※申し込みが 6人より 少ないときは やりません。

料金 初級:5,000円 (KIA年会費 2,000円 + 勉強の お金 3,000円)

中級:6,000円 (KIA年会費 2,000円 + 勉強の お金 4,000円)

その他 テキストは 先生が わたす プリントです。

募集期間 7月 1日(土) ~ 22日(土)

申し込み お金を 持って、KIAへ 来てください。



問い合わせ

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 小牧市公民館 4階 ※9:00~17:00 (12:00~13:00、日曜日、月曜日、祝日は おやすみ)

母子健診などのカレンダー

種 類	日 子	場 所	受付時間	対象・内容・申し込みなど
4か月児健診・ ははあや し か けんしん 母親歯科健診	7月 4日(火)	保健センター	13:05~13:55	2023年 2月 25日 ~ 3月 2日生まれ
	7月11日(火)			2023年 3月 3日 ~ 8日生まれ
	7月18日(火)			2023年 3月 9日 ~ 16日生まれ
	7月25日(火)			2023年 3月 17日 ~ 24日生まれ
1歳6か月児健診	7月 7日(金)	保健センター	13:05~14:15	2022年 1月 1日 ~ 10日生まれ
	7月14日(金)			2022年 1月 11日 ~ 20日生まれ
	7月21日(金)			2022年 1月 21日 ~ 31日生まれ
2歳3か月児歯科健診	7月 6日(木)	保健センター	9:00~10:10	2021年 4月 1日 ~ 15日生まれ
	7月20日(木)			2021年 4月 16日 ~ 30日生まれ
3歳児健診	7月 5日(水)	保健センター	13:05~14:15	2020年 7月 1日 ~ 10日生まれ
	7月12日(水)			2020年 7月 11日 ~ 20日生まれ
	7月19日(水)			2020年 7月 21日 ~ 31日生まれ

※対象の人は 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。※マスクをつけて、親子(母子)健康手帳とバスタオルを 忘れずに 持って 来てください。※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。

離乳食教室 (初期ごっこん教室)	7月 5日(水)	保健センター	10:00~11:00	●対象/4か月児以降の 保護者。赤ちゃんも 参加できます。 ●持ち物/親子(母子)健康手帳、バスタオル、お茶、 筆記用具 ●料金/0円 ●申し込み/保健センター
離乳食教室 (後期かみかみ教室)	7月21日(金)	保健センター	10:00~11:00	●対象/9か月児以降の 保護者。赤ちゃんも 参加できます。 ●持ち物/親子(母子)健康手帳、バスタオル、お茶、 筆記用具 ●料金/0円 ●申し込み/保健センター
にこにこおむし歯 予防相談	7月 7日(金)	篠岡児童館 Tel.0568-79-0690	10:00~11:15	●対象/乳幼児(特に1歳ぐらいの子ども)に おすすめです ●内容/歯みがき、歯ならびについて の 不安や 心配なこととの相談 ●持ち物/親子(母子)健康手帳・歯ブラシ・バスタオル ●料金/0円 ●申し込み/篠岡児童館
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 もって 訪問します。(前もって 電話などで 都合を 聞きます)			
親子健康手帳 (母子健康手帳)交付	月~金 (祝日、 年末年始除く)	子育て世代 包括支援センター (ラピオ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 気軽に 相談して下さい。 ●持ち物/妊娠届出書 または 医師の診断書、在留カード、 マイナンバーカード、妊婦本人の 振込先口座の 通帳のコピー
母乳相談	7月 3日(月) 7月10日(月) 7月18日(火) 7月25日(火) 7月31日(月)	子育て世代 包括支援センター (ラピオ3階)	13:00~16:00 10:00~12:00 13:00~16:00 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 (ラピオ3階) Tel.0568-71-8611
育児相談・ 妊婦・産婦健康相談	7月 7日(金) 7月11日(火) 7月20日(木)	篠岡児童館 Tel.0568-79-0690 小牧南児童館 Tel.0568-77-0454 西部児童館 Tel.0568-42-0205	10:00~11:15 10:00~11:15 10:00~11:15	●内容/育児についての 不安や 心配なこととの相談、 身体計測、血圧測定、尿検査(希望者のみ) ●申し込み/各児童館
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てください。 ●届出先/子育て世代包括支援センター (ラピオ3階) または 保険医療課			
1st アニバーサリー 事業	生まれてから 10か月ごろに アンケートが 届きます。期日までに 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 (ラピオ3階) または 市内児童館			

詳しいことを 知りたい人は、
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(ラピオ3階) TEL.0568-71-8611 FAX.0568-71-8612

成人検診のおしらせ

▼がん検診等

※集団検診…「申し込み」が書いていないものは下のQRコード・小牧市ホームページからまたは保健センターで7月5日(水)から申し込みすることができます。 ※70歳以上の人は集団検診の料金が500円です。【料金】が書いていないものは0円です。

種類	期日	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)	9月19日(火) 午前	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/1,000円
大腸がん検診 (便潜血反応検査)	※検体容器は保健センター等で回収します。 回収日の予定は、検体容器を送る時に知らせます。		●対象/30歳以上の小牧市に住民登録のある人 ●料金/500円
子宮がん検診 (頸部のみ)	8月21日(月)	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にあてはまる人 ●料金/1,000円 ●申し込み/受付中
乳がん検診 (マンモグラフィ)	9月14日(木) 8月28日(月) 9月28日(木)	保健センター 勤労センター 東部市民センター	●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にあてはまる人 ●料金/1,000円 ●申し込み/8月28日は受付中
乳がん検診 (超音波)	8月25日(金) 午前	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 ●料金/1,000円 ●申し込み/受付中
骨粗しょう症検診	9月20日(水) 午前	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
胸部X線検診	8月30日(水) 午前	保健センター	●対象/65歳以上で小牧市に住民登録のある方 ●申し込み/受付中
肺がん検診 (喀痰検査)	●受診期間/2023年7月3日(月)から 2024年2月28日(水)まで ※痰をとる検査です。容器に3日分の痰を取り、 郵送で提出です。回収日の予定は申し込み時に知らせます。		●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 ●料金/500円 ●申し込み/7月3日(月)から 2024年2月14日(水)までに保健センターの窓口へ来てください。
ヤング健診	8月21日(月) 9:30~12:00	保健センター	●内容/身体計測(身長・体重・腹囲)・血圧測定・尿検査・血液検査(脂質・血糖・貧血)・ 歯科衛生士による相談・看護師による相談・医師診察 ●対象/1984年4月1日 ~1989年4月1日生まれの人、小牧市に住民登録のある人で、 会社などで健診を受けない人 ●定員/60人 ●料金/0円 ●申し込み/保健センターへ電話してください
子宮がん 個別検診 (内診、視診、細胞診)	●受診期間 2023年 6月1日(木)から 2024年 3月31日(日)まで	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 ※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)		小牧第一病院 ・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 ●申し込み/下の表の①~③の人:小牧第一病院(Tel.0568-71-4390)、 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。
各がん検診・ (胃がん・大腸がん・前立腺がん) がん検診・ 肝臓ウイルス検査等	●受診期間 2023年6月1日(木)から 2024年2月14日(水)まで	小牧市内の 指定 医療機関	●予約するために、小牧市内の指定医療機関へ電話してください。 詳しくは下のQRコードを読んでください。

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日以前で偶数年に生まれた人
	③ 誕生日が1989年1月8日以降で奇数年に生まれた人	④ ①~③以外で、2022年度に受診していない人

【乳がん検診(マンモグラフィ)・子宮がん検診】

厚生労働省のガイドラインに基づき、2年に1回の

受診としています。ご理解とご協力をお願いします。



【集団検診】
がん検診等
申し込みフォーム



【各種
がん検診等
詳細



【個別検診】
がん検診等
医療機関一覧

▼小牧市 人間ドック

小牧市 人間ドック	●受診期間 2023年 6月1日(木)から 2024年 2月14日(水)まで	市内の 指定 医療機関	●内容/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歳以上の小牧市に住民登録のある人、国民健康保険または後期高齢者医療に 入っている人と協会けんぽの被扶養者 ●料金/国民健康保険または後期高齢者医療に 入っている人:4,800円(70歳以上1,800円)協会けんぽの被扶養者:6,150円(70歳以上3,150円) ※人間ドックを受ける時は、それぞれの保険から送られた受診券がいきます。 ●申し込み/小牧市内の指定医療機関
----------------------	--	-------------------	--

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

次の税金の支払い期限は 7月 31日(月)です

支払いは
早めに!

- 固定資産税・都市計画税(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。スマートフォンアプリ「PayB」「PayPay」「LINEPay」でも 納付(支払い)が できます。

※口座振替を 利用している人は、アプリによる 納付(支払い)は できません。
利用方法は、それぞれの アプリの ホームページを みると 分かります。



給料が 減ったりして、決められた日 までに 納付できないときは、収税課に 相談してください。
決められた日を 過ぎると、延滞金(支払いが 遅れたときに 払う お金)を 払わないと いけません。

平日の 昼は 忙しくて、
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 9日(日)、7月 23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 2日(日)、9日(日)、16日(日)、23日(日)、30日(日) 8:30~17:15

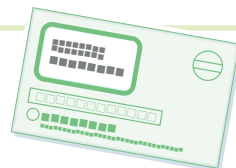
③バーコード付きの 税金の 納付書は コンビニエンスストアでも 払うことが
できます。※ただし、納付書に 書いてある 期限までです。

*証明書の ご案内

納税証明書は 収税課(2階 ⑥)で とることが できます。

所得課税証明書は 市民税課(2階 ④)で とることが できます。

問合先 収税課 TEL.0568-76-1117/0568-76-1118



熱中症に 気をつけましょう



- 熱中症とは、温度が 高い、湿度が 高いところに 長い時間 いたために、体に 熱が たまった状態のことです。
- 熱中症は 命に かかわる 病気ですが、防ぐことが できます。

①気温・湿度が 高いとき、風が 弱いとき、日差しが 強いとき、また、エアコンの ない 部屋でも 熱中症に なりやすいです。小さな 子ども、高齢者、肥満(太っている人)、体調の 悪い人は 特に 気をつけましょう。

②「熱中症に 気をつけましょう」と テレビなどで 見た日は、特に 注意してください。「日傘や 帽子を 使う」「日陰に 入る」「エアコンを 使う」などの やり方で、熱中症に ならないようにしましょう。また、水を 飲むこと、調子が 悪いときは 休むことも 大切です。

問合先 保健センター TEL.0568-75-6471

漢字教室で 勉強しませんか

かんじと にほんごを
勉強します。

水道山
私木



日にち ひにち 7月と 8月の 日曜日

場 所 7月9日・16日・23日・30日…ワクティブこまき 多目的室1(ラビオ2階)
8月6日…女性センター 研修室1(ラビオ5階)、8月13日・20日…ワクティブこまき 多目的室1(ラビオ2階)

対 象 漢字や 日本語を 勉強したい 外国人 時 間 13:30~15:30 お 金 0円

申し込み もうしこみ 申し込みは いりません。勉強の 場所へ 来てください。1回だけでも 勉強 できます。

問合先 漢字ボランティア教室(大島) TEL.090-9188-3761

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、申し込んで 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 申し込みできるので、希望する人は 市民窓口課に 申し込んでください。



★申し込み時点の 2年1ヶ月前までの 期間について 申し込みできます。

今までに 申し込んで 免除や 猶予に なっている人も、毎年7月以降に 更新の 申し込みが 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 申し込むと 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、申し込んで 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、申し込んで 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

がんになった人の 在宅療養費(家で 受けるサービス)の 助成

がんになった人が 自分の家で 安心して 生活できるように、在宅サービス等の お金の 一部を 助けます。

対 象 40歳未満の がんになった人(医者が 医学的に がんが 治らない状態と 判断した 人に 限る)で、 家での 生活の 助けや 介護が 必要な人

詳しいことを 知りたい人は
市ホームページを 見てください。



金 額 助成対象サービス等の お金の 9割
(1か月の 上限 54,000円)

がんになった人の 医療用 補整具購入費の 助成

がんになった人の 心や お金の 負担を 減らし、治療(病気を 治すこと)・就労(働くこと)・社会参加(生活すること)などを 助けるため、医療用補整具の お金の 一部を 助けます。

対 象 ウィッグ(頭皮保護ネット 含む)、
乳房補整具【乳房補整パッドや
人工乳房(固定の為の 下着 含む)】

詳しいことを 知りたい人・
申請書を ダウンロードしたい人は、
市ホームページを 見てください。



金 額 買った金額の 2分の1 (いずれも 上限 2万円)

問合先 保健センター TEL.0568-75-6471

多文化共生 ワークショップ

小牧市多文化共生推進プランを知って、「日本人市民と外国人市民が共に暮らしていく中で、困っていることやこうした方がよいと思うこと」について、グループで話し合います。



日にち ひにち **2023年 8月 6日(日) 13:30~15:45**

場 所 ばしょ **市民館4階 視聴覚室 (小牧市小牧2丁目107番地)**

定 員 ていいん **20人(申し込みの順番)**

対 象 たいしやう 小牧市に 住んでいる人、小牧市で 仕事をしている人、小牧市の 学校で勉強している人。(国籍と 年齢は 問いません)



申し込み期間 もうしこみ きかん **7月 14日(金) ~ 7月 28日(金)** インターネットか、電話で 多文化共生推進室に 申し込んでください。

URL: http://www.city.komaki.aichi.jp/admin/event_1/events/event/3/25944.html

問い合わせ **多文化共生推進室 TEL.0568-39-6527**

第44回 小牧市民まつり 出演者募集

みんなで 小牧市民まつりを 盛り上げよう!

今年も 小牧最大の イベント「小牧市民まつり」が、10月21日(土)、22日(日)にあります。小牧市民まつりに 参加してみませんか。

開催日 かいさいび **10月 21日(土)、22日(日)**

募集内容 ぼしやう ないやう ステージパフォーマンス、ダンスミックス(21日(土)のみ)、ボランティア

申し込み期限 もうしこみ きげん ステージパフォーマンス・ダンスミックス…**7月 12日(水)**まで、ボランティア…**9月 21日(木)**まで

その他 そのほか 申し込みが 多い時は 抽選

申し込み方法 もうしこみ ほうほう 申し込みフォームか 申し込み用紙に 書いて 市民まつり実行委員会に 申し込んでください。
申し込み用紙は 市民まつり専用ホームページ、シテプロモーション課、東部・味噌・北里の 各市民センター、まなび創造館、パークアリーナ小牧に あります。※郵送、FAX、持ち込み、メールで 申し込みが できます。

問い合わせ **小牧市民まつり実行委員会事務局(シテプロモーション課内) ☎485-8650 住所不要**
TEL.0568-76-1173 FAX.0568-75-8283 E-mail: citypromotion@city.komaki.lg.jp



<http://komaki-shimin-matsuri.jp/>

家庭用 LED照明器具 買替支援補助金

小牧市に 住んでいる人で 家の 照明を 蛍光灯などから LED照明に 買い替えた人に、かかったお金の 一部を 補助します。

補助対象: ●家の 照明を 蛍光灯や 白熱電球などから LED照明へ 買い替えたもの

(新しく 取り付けたものや 増やしたものに 対しては お金は もらえません。)

●小牧市内の お店で 2023年 7月 1日(土) から 2024年 2月 29日(木) の間に 買って、取り付けたもの

●買ったお金、取り付けたお金の 合計が 5,000円以上であること ※申請は 1世帯あたり 1回だけです

補助金額: 買ったお金と 取り付けたお金の 2/3 (上限30,000円) ※予算が なくなったら 終わります

申請に必要なもの: ●交付申請書 兼 請求書 ●領収書 または レシートの コピー

●LED照明を 取り付ける 前と後の カラー写真 ●通帳 または キャッシュカードの コピー

申請受付期間: **2023年 7月 1日(土) から 2024年 2月 29日(木)**

申請方法: Web申請 または 郵送申請



ご覧ください。

問い合わせ **ゼロカーボンシティ推進室 TEL.0568-39-5597**

へんしやう
編集
はつこ
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 聞いて ください

🔍 **こまきしがいいくじのかたへ** 検索



PRINTED WITH
SOY INK

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。