生活情報誌こまき やさしい日本語版 2023年9月号

せいかつじょうほうし こまき

2023 9月号

P1 ●KIA 第2期 日本語教室
P2 ●母子健診などの カレンダー
P3 ●成人検診の おしらせ
P4 ●2023年 住宅・土地 統計調査に ついて
●次の 税金の 支払い期限は 10月 2日（月）です
●健康ですか？ あなたの 「こころ」、
あなたの 大切な人の 「こころ」
P5 ●新型コロナワクチンの
接種（注射を打つこと）に ついて
●自転車の 盗難が 多発
●漢字教室で 勉強しませんか
P6 ●KIA 国際交流 ふれあいフェスタ
●KIA 中国語講座（初級）の おしらせ
●KIA ポルトガル語講座（初級）の おしらせ

KIA 第2期 日本語教室

※自分の レベルに あわせて、クラスが えらべます。

クラス	初級						初中級 N4をめざす人	中級 N3をめざす人	上級 N2、N1をめざす人
	A	B	C	D	E	F	G	H	I
曜日	日曜日								
時間	13:00 ～15:00	13:00 ～15:00	15:00 ～17:00	15:00 ～17:00	10:30 ～12:30	8:30 ～10:30	8:30 ～10:30	10:30 ～12:30	17:00 ～19:00
先生	朝倉 他	松岡 他	朝倉 他	松岡 他	松岡	松岡	朝倉	朝倉	朝倉

日時 日曜日 9月 3日 ～ 12月 3日の 12回
①9/3 ②9/10 ③9/17 ④9/24
⑤10/1 ⑥10/8 ⑦10/15
⑧10/29 ⑨11/5 ⑩11/19 ⑪11/26 ⑫12/3

場所 小牧市公民館4階 チェスルーム・ローズルーム

対象 外国人

料金 授業料：1,000円（A～Iクラス）
（会員でない人は、KIA年会費 2,000円が いります）
テキスト代：Aクラス 1,500円、 B～Fクラス 1,000円、 G～Iクラス 2,000円

申し込み お金を もって KIAへ 来てください

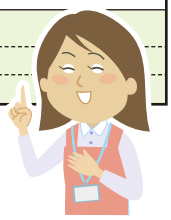
問合先 小牧市国際交流協会（KIA） TEL.0568-76-0905 FAX.0568-71-8396 E-mail: kia@ma.ccnw.ne.jp
小牧市小牧2-107 小牧市公民館 4階 ※9:00～17:00 （12:00～13:00、日曜日、月曜日、祝日は おやすみ）

外国人の人口：10,672人 / 小牧の人口：150,101人（2023年 8月 1日現在）

母子健診などのカレンダー

種類	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・母親歯科健診	9月 5日(火)	保健センター	13:05～13:55	2023年 4月 25日 ～ 30日生まれ
	9月12日(火)			2023年 5月 1日 ～ 8日生まれ
	9月19日(火)			2023年 5月 9日 ～ 16日生まれ
	9月26日(火)			2023年 5月 17日 ～ 24日生まれ
1歳6か月児健診	9月 8日(金)	保健センター	13:05～14:15	2022年 3月 1日 ～ 10日生まれ
	9月15日(金)			2022年 3月 11日 ～ 20日生まれ
	9月22日(金)			2022年 3月 21日 ～ 31日生まれ
2歳3か月児歯科健診	9月 7日(木)	保健センター	9:00～10:10	2021年 6月 1日 ～ 15日生まれ
	9月21日(木)			2021年 6月 16日 ～ 30日生まれ
3歳児健診	9月 6日(水)	保健センター	13:05～14:15	2020年 9月 1日 ～ 10日生まれ
	9月13日(水)			2020年 9月 11日 ～ 20日生まれ
	9月20日(水)			2020年 9月 21日 ～ 30日生まれ

※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。
※マスクを 着けてきてください。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(初期ごっくん教室)	9月 6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 予約必要
離乳食教室(後期かみかみ教室)	9月22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 予約必要
にこにこむし歯予防相談	9月 1日(金)	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 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／味岡児童館 予約必要
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	9月 4日(月)	子育て世代包括支援センター(ラピオ3階)	13:00～16:00	予約必要 ●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
	9月 5日(火)		10:00～12:00	
	9月12日(火)		10:00～12:00	
	9月19日(火)		13:00～16:00	
	9月26日(火)		10:00～12:00	
育児相談・妊婦・産婦健康相談	9月 1日(金)	味岡児童館 TEL.0568-75-4999	10:00～11:15	予約必要 ●内容／育児についての 不安や 心配なことの相談、身体計測、血圧測定、尿検査(希望者のみ) ●申し込み／各児童館
	9月 7日(木)	北里児童館 TEL.0568-71-1183	10:00～11:15	
	9月11日(月)	大城児童館 TEL.0568-78-0046	10:00～11:15	
	9月25日(月)	小牧児童館 TEL.0568-77-0906	10:00～11:15	
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 小牧市内の 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…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 保健センターで申し込むことが 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。
肺がん検診は 保健センターで 申し込んでください。 ※期日に ☆がついているものは 9月5日(火)から 申し込むことが できます。

	種類	期日	場所	対象・料金・申し込みなど
集団検診	胃がん検診 (胃部X線間接撮影)	10月20日(金) 午前 ☆11月28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
集団検診	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
集団検診	子宮がん検診 (頸部のみ)	10月24日(火) 午前	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
		☆11月17日(金) 午後	東部市民センター	
集団検診	乳がん検診 (マンモグラフィ)	10月12日(木)	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 どれかに あてはまる人 ●料金／1,000円
		☆11月17日(金) 午後	東部市民センター	
集団検診	乳がん検診(超音波)	10月17日(火) 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
集団検診	骨粗しょう症検診	☆11月14日(火) 午後	東部市民センター	●対象／30歳以上の 小牧市に 住民登録のある人 ●料金／500円
集団検診	胸部X線検診 (結核検診を 兼ねる)	10月23日(月) 午前	保健センター	●対象／65歳以上で 小牧市に 住民登録の ある人
集団検診	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 提出してください。		●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／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。
個別検診(健診)	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。
個別検診(健診)	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。
個別検診(健診)	各がん検診・ (胃がん・大腸がん・前立腺がん) 肝炎ウイルス検査等	●受診期間 2023年 6月 1日(木)から 2024年 2月14日(水)まで	市内指定 医療機関	●予約は 市内指定医療機関へ 電話して 申し込み。 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 ある人で、 国民健康保険か 後期高齢者医療に 入っている人、 または 協会けんぽの 被扶養者 ●料金／国民健康保険・後期高齢者医療に 入っている人:4,800円(70歳以上 1,800円) 協会けんぽ 被扶養者:6,150円(70歳以上3,150円) ※人間ドックを 受診するときは 保険者から 送付された 受診券が いります。 ●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

2023年 住宅・土地 統計調査について

国（総務省統計局）は 愛知県と 小牧市と 一緒に、「2023年 住宅・土地 統計調査」を します。

この調査は、10月1日の 家や 土地、住んでいる人について 聞く 大事な 調査です。全国で およそ 340万の 家族に 聞く 調査です。調査の 結果は、国などが 私たちの 暮らしと 住まい（家）について 計画を 立てたり、取り組んだりするときに 使います。調査員が 調査を お願いする 世帯（家族）に、9月下旬から 調査書類を 配りに 行きます。調査書類を もらったら、インターネットで 回答するか、紙の 調査票を 市役所に 送るか、または 調査員に 渡して 回答してください。

この調査は、インターネットで 簡単に 回答できます。スマートフォン・タブレット端末でも 回答できますので、ぜひ ご利用ください。また、調査書類に 書いてある 日本語が わからない人は、「調査票対訳集」を 家に 来た 調査員から もらってください。

問合先 総務課 TEL.0568-76-1102

次の 税金の 支払い期限は 10月 2日（月）です

支払いは 早めに！

●国民健康保険税（第4期） ●介護保険料（第3期） ●後期高齢者医療保険料（第2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（月曜から 金曜日）の 昼は 忙しくて、税金の 支払いが できない 人は…

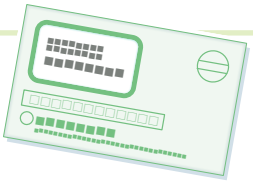
毎週日曜日に 市役所の 窓口で 支払いが できます。（年末年始 除く）

❶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 ▶ 9月 10日（日）、9月 24日（日） 8:30～17:15

❷市役所本庁舎 1階で、税金を 払うことが できます。
とき ▶ 9月 3日（日）、10日（日）、17日（日）、24日（日） 8:30～17:15

❸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 発行できます。
所得課税証明書は 市民税課（2階 ④）で 発行できます。



問合先 収税課 TEL.0568-76-1117／0568-76-1118

健康ですか？ あなたの「こころ」、あなたの 大切な人の「こころ」

「よく眠れない」「気持ちが 落ち込む」など、こころの ストレスを 感じていませんか。
特に 長い休みの あとは、つらかったり、すぐに 頑張れなかったり するかもしれません。
気持ちを 誰かに 話すことで、つらさが 和らぐことが あります。ひとりで 悩まず、
まずは 家族、友達、または 相談が できるところで あなたの 気持ちを 話してみてください。

こころの ストレスチェックを しましょう
「メンタルチェックシステム こころの 体温計」

簡単な 質問に 答えることで、自分の 心の ストレスチェック ができます。

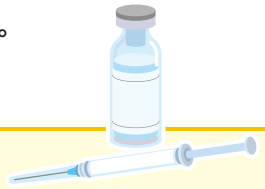
方法 パソコン・スマートフォンで こまきし こころのたいおんけい を 検索してください。

こころの ストレスを 感じたら 相談してください

健康相談 保健センター TEL.0568-75-6471

新型コロナワクチンの接種（注射を打つこと）について

1、2回目の ワクチンを 接種した 5歳以上の すべての人は 2023年 9月から、 0円で 1回接種することが できます。
また、 生まれてから 6ヵ月の人から 4歳までの人は 0円で 3回 接種することが できます。
12歳以上の人には、 年齢の 高い方から 順番に 接種券が 届きます。



次の①～③の人は 年齢に 関わらず 接種券が 届きます。

① 2023年 春から 始まった 接種（5月 8日から 8月 31日までの 接種）で、
基礎疾患（糖尿病などの 病気）を 持っている人として 接種券を もらう 手続きを した人

② 12歳以上で 精神障害者保健福祉手帳 または 療育手帳を 持っている人、自立支援医療（精神通院）を 受給している人

③ 5歳から 11歳で オミクロン株 対応ワクチンを 接種した人

ワクチンを 接種したあとに 小牧市に 転入した（引っ越してきた）人など、
市から 接種券を もらう手続きが 必要な 場合が あります。 詳しくは、
ワクチン接種に 関する 問合先まで お電話ください。
接種券が 届いたら 接種の 予約を することが できます。

予約方法など、 ワクチン 接種に 関する 情報を、 市 ホームページで 随時 更新しています。

ワクチン接種に関する問合先
小牧市新型コロナワクチン電話相談窓口（市役所内）
TEL.0568-48-7311 受付 9:00～17:00（土日・祝日は 除く）

ワクチン接種の予約（フリーコール）
小牧市予約受付窓口（市役所内）
TEL.0120-97-5727 受付 9:00～17:00（土日・祝日は 除く）

自転車の 盗難が 多発

小牧市内では、 自転車が たくさん 盗まれています。 被害に あった人の
約75%が 鍵を かけていませんでした。 被害に あわないために

- 自転車から 離れる時は、 必ず 鍵をかける。
- 少しの時間でも、 必ず 鍵をかける。
- ツーロックをする。

などの 対策を してください。

問合先 小牧警察署生活安全課生活安全係 TEL.0568-72-0110

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。

日にち 9月と 10月の 日曜日

場 所
9月 3日 ……女性センター 研修室（ラピオ5階）
9月10日・17日・24日 ……ワクティブこまき 多目的室1（ラピオ2階）
10月 1日・15日・29日……小牧市公民館 3階 3-1 学習室

時 間 ▶13:30～15:30…ラピオ2階、 5階 ▶13:00～15:00、 15:00～16:20…公民館

対 象 漢字や 日本語を 勉強したい 外国人

お 金 0円

申し込み 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

国際交流 ふれあいフェスタ

ダンス・音楽、 ちゅうせん会、 お茶席、 キッチンカーの料理、
日本の 昔遊び、 外国人と お話コーナー など

2021年 フェスタの ようす

日 時 9月 17日 (日) 12:00～15:30くらいまで

場 所 小牧市公民館こうどう・ロビー・ふんすい前

対 象 いろいろな 国の人と 友だちに なりたい人

入 場 お金は いりません (キッチンカーの料理を 食べるひとは チケットを 買ってください)

食 券 9月 1日 (金) から KIA事務局で 売ります。
1枚 500円 (食べもの・飲みもの・ちゅうせん券が ついています)

中国語講座(初級)の おしらせ

中国語を もっと 話してみませんか。

日 時 10月 4日 (水) ～ 12月 13日 (水) 18:30～20:30 全部で 10回

場 所 小牧市公民館4階 チェスルーム (部屋が 変わることが あります)

対 象 18才以上で KIA会員の人、 または 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。

講 師 リ コウ 先生

定 員 16人 (先に 申し込んだ人) ※申し込みが 6人より 少ないときは やめます

受講料 会員 5,000円 (KIA会費 2,000円 含む)、 会員でない人 6,000円

申し込み 9月 1日 (金) ～ 9月 30日 (土) お金を 持って、 小牧市国際交流協会 (KIA) へ 来てください。

ポルトガル語講座(初級)の おしらせ

ネイティブの 先生と ポルトガル語を 学んでみませんか?

日 時 10月 7日 (土) ～ 12 月 9日 (土) 13:00～15:00 全部で 10回
12月 16日 (土) 予備日

場 所 小牧市公民館4階 ローズルーム (部屋が 変わることが あります)

対 象 18才以上で KIA会員の人、 または 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。

講 師 田原 カルロス 先生

定 員 16人 (先に 申し込んだ人) ※申し込みが 6人より 少ないときは やめます

受講料 会員 5,000円 (KIA会費 2,000円 含む)、 会員でない人 6,000円

申し込み 9月 1日 (金) ～ 9月 30日 (土) お金を 持って、 小牧市国際交流協会 (KIA) へ 来てください。

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)

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
※詳しくは 各担当 窓口に 聞いて ください
〒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
こまきしがいこくじんのかたへ 検索

環境のためにリサイクルペーパーを使用しています。
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。