

国民年金保険料の免除

問い合わせ先 役場住民課 ☎963-1733(直)

令和4年度

国民年金保険料の免除申請について

【対象】 経済的な理由などで本年度の国民年金保険料(1万6,590円/月)を納めることが困難な人

※申請が認められると国民年金保険料の納付が全額または一部免除されます

※免除審査は本人、配偶者および世帯主の前年の所得で日本年金機構によって判定されます。

【対象期間】 7月分～令和5年6月分

【受付開始日】 7月1日(金)

【申請に必要なもの】

- ①マイナンバーまたは基礎年金番号がわかるもの
- ②失業を理由とする場合は、次のいずれかの書類が必要です。

- 雇用保険受給資格者証
- 雇用保険被保険者離職票
- 雇用保険被保険者資格喪失確認通知書、公務員などは「辞令」の写し

※学生は、別途学生納付特例制度があります。詳細は問い合わせください。

新型コロナウイルス感染症の影響による収入減少を事由とする国民年金保険料の免除について

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少し、国民年金保険料の納付が困難になった場合による臨時特例の国民年金保険料免除制度も継続されます。制度内容の詳細は日本年金機構ホームページをご覧ください。

【対象】 次の条件をすべて満たす人

○新型コロナウイルス感染症の影響により、令和3年1月以降の収入が減少していること

○令和4年中に見込まれる所得が、国民年金保険料の免除・学生納付特例などの基準適用相当になることが見込まれること

【対象期間】 令和3年1月分以降の国民年金保険料

【申請に必要なもの】

- 国民年金保険料免除・納付猶予申請書または学生納付特例申請書
- 所得の申立書

※各種申請書、所得の申立書は、日本年金機構のホームページからダウンロードできます。

※学生納付特例を申請する人は、学生証の写しも必要です。

【申請・問い合わせ先】

○東福岡年金事務所国民年金課 ☎651-7159

○日本年金機構ホームページ <https://www.nenkin.go.jp/service/kokunen/menjo/0430.html>

小学校入学前に相談してみませんか

問い合わせ先 役場学校教育課 ☎963-1739(直)

令和5年度に町立小学校へ入学する子どもの保護者を対象に、就学相談会を行います。入学後に学校での特別な支援を希望する保護者は必ずご相談ください。また、まだ迷っている、検討中であるという保護者も、ぜひご相談ください。相談には申し込みが必要です。

【相談日時】 7月25日(月)～8月5日(金)
午前9時～午後4時

【対象】 令和5年度に町立小学校へ入学を予定している子どもの保護者

【相談先・申込方法】

- 町立幼稚園児の保護者
町立幼稚園へ直接申し込み後、相談
- 町立幼稚園児以外の保護者
役場学校教育課へ電話申し込み後、相談

【申込期間】 7月4日(月)～8月2日(火)

後期高齢者医療制度について

問い合わせ先 役場住民課 ☎963-1733（直）

7月中旬に保険料の決定通知書を郵送します

【保険料の納付方法】

納付方法は原則として特別徴収（年金からの天引き）です。

しかし、年金受給額などにより普通徴収（納付書払いや口座振替）に変わっていることがあるため、必ず決定通知書をご確認ください。

特別徴収や納付書払いから口座振替への変更を希望する人は、役場住民課に問い合わせください。国民健康保険で口座振替を利用していた人が、引き続き後期高齢者医療制度で口座振替を希望する場合も、再度申請が必要です。

新しい被保険者証を郵送します

窓口負担割合の見直しに伴い、本年度は被保険者全員に対して、被保険者証を2回交付します。

■ 1回目 7月中に被保険者証（水色）を送付

【有効期限】 8月1日（月）～9月30日（金）

■ 2回目 9月中に被保険者証（桃色）を送付

【有効期限】

10月1日（土）～令和5年7月31日（月）

※7月31日（日）、9月30日（金）までに新しい被保険者証が届かない場合は、役場住民課に問い合わせください。

限度額適用・標準負担額減額認定証の更新

現在、限度額適用・標準負担額認定証を持っている人で、8月以降も該当する人には、7月末までに新しい認定証を郵送します。

10月1日から、一定以上の所得がある人の医療費の窓口負担割合が変わります

後期高齢者医療被保険者のうち、一定以上の所得がある人は、現役並み所得者（窓口負担割合3割）を除き、医療費の窓口負担割合が2割になります。

【見直しの背景】

後期高齢者医療の医療費のうち、窓口負担を除いて約4割は現役世代（子や孫）の負担（支援金）となっており、今後も拡大していく見通しです。今回の窓口負担割合の見直しは、現役世代の負担を抑え、国民皆保険を未来につないでいくためのものです。

令和4年9月30日まで		令和4年10月1日から	
区分	医療費負担割合	区分	医療費負担割合
現役並み所得者	3割	現役並み所得者	3割
一般所得者 など※	1割	一定以上の所得がある人	2割
		一般所得者 など※	1割

被保険者全体の20%

※住民税非課税世帯の方は基本的に1割負担となります。

【負担を抑える配慮措置】

本制度の施行後3年間（令和7年9月30日（火）まで）は2割負担となる人は、1か月の外来医療の窓口負担割合の引き上げに伴う負担増加額を3,000円までに抑えます（入院の医療費は対象外）。

また、配慮措置の適用で払い戻しとなる人は、高額療養費として、事前に登録されている口座へ後日払い戻します。

【配慮措置が適用される場合の計算方法】

例：1か月の外来医療費全体が5万円の場合

窓口負担割合1割のとき ①	5,000円
窓口負担割合2割のとき ②	1万円
負担増加額 ③(②-①)	5,000円
配慮措置の上限 ④	3,000円
払い戻し ③-④	2,000円

【制度の見直しの背景などに関する問い合わせ先】

後期高齢者窓口負担割合コールセンター
（厚生労働省）

☎0120-002-719

受付時間 月曜日～土曜日 午前9時～午後6時
（祝日は除く）

「Active 新宮」「しんぐう町議会だより」 を配信しています！

問い合わせ先 役場地域協働課 ☎963-1734 (直)
議会事務局 ☎963-1737

「Active 新宮」をより多くの人に読んでいただけるよう、自治体情報発信アプリ「マチイロ」で広報誌を無料配信しています。

スマートフォンやタブレットなどで町の情報をいつでもどこでも確認することができます。「Active 新宮」を登録すると、最新号の発行が自動で通知されるので、情報を見逃さずに閲覧することができます。

「しんぐう町議会だより」も掲載しています。

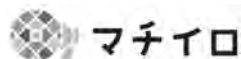
【ダウンロード】



▲ Android



▲ iOS



マチを好きになるアプリ



※通信料は
利用者負担です。

防災行政無線からの 放送内容が確認できます

問い合わせ先 役場地域協働課 ☎963-1734 (直)

電話と町ホームページの2通りで、防災行政無線からの放送内容が確認できます。なお、いずれも通信料は利用者負担です。

【電話応答サービス】

☎0800-200-8123 (フリーダイヤル)

○放送終了後24時間以内の放送内容が確認できます。

○放送内容は最大20件録音されています。

※ハザードマップに記載の電話応答サービス

(☎962-6325) は有料です。ご注意ください。

【町ホームページ】

放送終了後から3日間掲載しています。行政区などで行った放送内容の掲載はありません。

国民健康保険被保険者証を一齐送付します

問い合わせ先 役場住民課 ☎963-1733 (直)

8月1日(月)から使用できる国民健康保険被保険者証(以下:被保険者証)を7月下旬に簡易書留・転送不可の取り扱いで世帯主宛に郵送します。

70歳以上75歳未満の人には「被保険者証兼高齢受給者証」を郵送します。

【役場から送付するもの】

○70歳未満の人 被保険者証

※有効期限 令和5年7月31日(月)

○令和5年7月1日(土)までに70歳の誕生日を迎える人 被保険者証

※有効期限は70歳の誕生日の月末です。ただし、1日生まれのみ誕生日の前日となります。有効期限を迎える月の下旬に「被保険者証兼高齢受給者証」を簡易書留・転送不可で郵送します。

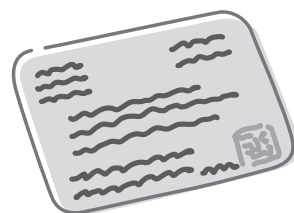
○70歳以上75歳未満の人(令和4年7月時点)

被保険者証兼高齢受給者証

※有効期限は令和5年7月31日(月)です。ただし、令和5年7月31日までの間に75歳の誕生日を迎える人はその前日が有効期限です。

【注意事項】 過年度の国民健康保険税に滞納がある場合は、被保険者証の有効期限が短い「短期被保険者証」を交付します。

【限度額適用認定証について】 現在交付している限度額適用認定証の有効期限は、令和4年7月31日(日)までです。8月からの限度額適用認定証が必要な人は、役場住民課窓口で申請してください。申請は8月1日(月)から受け付けます。詳しくは問い合わせください。



サマーキャンプ参加者募集

問い合わせ先 そびあしんぐう社会教育課 ☎962-5111(直)

日常では接する機会の少ない自然体験や集団活動を3泊4日で行います。楽しい夏の思い出を作りませんか。

【日程】 8月16日(火)～19日(金)

【場所】 夜須高原青少年自然の家

【対象者】 町内在住の小学4年生～6年生

【参加費】 1万円(原則返金不可)

【定員】 24人(定員を超えた場合は抽選)

【募集期間】 6月30日(木)午前8時30分～
7月13日(水)午後5時

【申込方法】 次のいずれかで申し込みください。

①申込用紙

申込用紙をそびあしんぐう窓口を用意していますので、備え付けの受付箱へ入れてください。



②インターネット

町ホームページもしくはQRコードからも申し込みできます。

※ただし、この体験活動は、諸事情により一部変更または中止になる場合があります。

※今までの様子は、「新宮町こどもの体験活動」で検索してご覧ください。

※町教育委員会主催事業「こども体験クラブ」の様子も含まれます。

【主な活動内容】

8月16日(火)	草スキー、天体観測 他
8月17日(水)	フィールド活動、レクリエーション、ナイトハイク 他
8月18日(木)	野外炊飯、キャンドルづくり、キャンプファイヤー 他
8月19日(金)	川遊び、ふりかえり会 他



▲昨年のサマーキャンプの様子(サイクリング)

心配ごと・福祉なんでも相談

みなさんの身のまわりに起こっている苦情や心配ごとなど、気軽に相談してください。相談は無料で、秘密は固く守ります。

日時 7月12日(火)午前10時～午後3時

※1人当たり30分

場所 町福祉センター

相談員 人権擁護委員、行政相談委員、社会福祉協議会職員

内容 生活・家庭不和・結婚・近隣の問題、行政に対する苦情、高齢者や家族の悩み、福祉サービスの利用や金銭管理についての不安、生きがい活動などの相談

※予約は不要です。会場に午後2時30分までにお越しください。

問い合わせ先

役場総務課 ☎963-1730(直)

町社会福祉協議会 ☎963-0921(直)



マイナンバーカードの出張申請受付 を行います

問い合わせ先 役場住民課 ☎963-1733 (直)

下記の日程で出張申請受付を行いますので、この機会にマイナンバーカードを申請してみませんか。顔写真も無料で撮影します。運転免許証など本人確認ができるものをご持参のうえ、直接会場で申し出てください。

○シーオーレ新宮 ロビー

【日時】 7月10日(日)、13日(水)
午前9時～11時30分

○新宮中央浄化センター(アクア新宮)

【日時】 7月10日(日)
午前9時～11時30分

【マイナンバーカードを郵送で受け取る場合に 必要なもの】

- 通知カード
- 住民基本台帳カード(持っている人)
- 運転免許証、パスポートなど顔写真付きの本人確認書類(持っていない場合は、健康保険証と通帳などの2点)

※原則として、マイナンバーカードは役場での受け取りです。ただし、上記のものがすべてそろっている場合は、郵送でのマイナンバーカード受け取りも可能です。

マイナポイント事業(第2弾) についてのお知らせ

問い合わせ先 役場政策経営課 ☎962-0230 (直)

令和4年1月から、第2弾マイナポイント事業が始まっていますが「健康保険証としての利用申込」と「公金受取口座の登録」を行った人のポイント申込の開始時期が決定しました。

マイナポイント事業の詳細は、今月号の折込チラシをご覧ください。

【申込開始時期】 令和4年6月30日(木)

【マイナポイント事業の対象となるマイナンバーカードの申請期限】 令和4年9月30日(金)まで
※すでにマイナンバーカードをお持ちの人も対象です。

【問い合わせ先】

(マイナポイント事業に関すること)
マイナンバー総合フリーダイヤル
☎0120-95-0178



※最新情報はマイナポイント事業ホームページ(<https://mynumbercard.point.soumu.go.jp/>)をご覧ください。

役場ではスマートフォンの操作にお困りの人に対して、下記の日程で専門の支援員によるサポートを行っていますので、ぜひご利用ください。

【7月の日程】 7月1日(金)、4日(月)、11日(月)、15日(金)、19日(火)、25日(月)

【時間】 午前9時～正午

【場所】 役場2階 マイナンバーカード交付室

マイナンバーカードに関する臨時窓口を開設します

問い合わせ先 役場住民課 ☎963-1733 (直)

カードの受け取りや申請、電子証明書の更新ができます。必ず電話予約して来庁してください。

○役場2階 マイナンバーカード交付室

【日時】 7月4日(月)～8日(金)
午後5時～7時30分
7月9日(土)
午前9時～正午、午後2時～7時30分

○役場1階 住民課

【日時】 7月10日(日)、24日(日)
午前9時～11時30分

※予約人数には限りがあります。早めに予約してください。



風しんの「抗体検査・予防接種」が令和7年3月31日まで延長になりました!!

問い合わせ先 町福祉センター健康福祉課(健康づくり担当) ☎962-5151(直)

風しんは、感染者の飛沫などによって他の人にうつる、感染力の強い感染症です。妊娠初期の妊婦が感染すると、赤ちゃんが難聴や心疾患などの先天性風しん症候群になる可能性があります。

【対象】

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日までに生まれた男性で、公的な風しん予防接種を受けたことがない人

【接種を受けるまでの流れ】

- ①抗体検査を受ける。指定医療機関や町の特定健診及び事業所での健診の機会に受ける。
- ②①の結果、十分な抗体がない人は、指定医療機関で予防接種を受ける。

【検査及び接種に必要なもの】

- ①抗体検査を受けるには、クーポン券
- ②予防接種を受けるには、クーポン券、本人確認書類、抗体検査の結果がわかる通知書

【検査・接種費用】 無料

【クーポン券】

対象者(未受検者)には、6月上旬に郵送しています。届いていないときは、問い合わせください。

【風しん抗体検査・予防接種実施医療機関(新宮町)】

医療機関名	電話番号
新宮クリニック	☎962-2233
千鳥橋病院附属たちばな診療所	☎962-5211
原外科医院	☎962-0704
竹村医院	☎962-0846
新宮町相島診療所	☎962-4361
ひぐち内科クリニック	☎963-2800
かわぞえ眼科クリニック	☎692-6222
なかよし脳神経クリニック	☎941-5121
加野病院	☎962-2111
川崎内科医院	☎962-1931
こころのクリニックゆめ	☎962-9567
やまだ消化器科内科クリニック	☎941-2225
たなか小児科クリニック	☎963-1933
江口内科クリニック	☎963-5080

(厚生労働省HP掲載順)

公共下水道区域で井戸水を使用しているみなさんへ

問い合わせ先 役場上下水道課 ☎963-1736(直)

家庭や事業所で井戸水を使用し、その汚水を公共下水道へ排水する場合は、町に届け出が必要です。

また、すでに公共下水道へ排水をしている場合でも、次の変更が生じた場合は、下水道使用料金などに関係しますので、届け出が必要です。

- 世帯人数に変更があるとき
 - 2人以上から1人になったとき
 - 1人から2人以上になったとき
- 井戸水の使用を休止または廃止するとき
- 休止中の井戸水の使用を再開するとき
- 名義を変更するとき

届け出の様式は、上下水道課の窓口または町ホームページから取得できます。必要事項を記入、押印のうえ、上下水道課窓口へ提出してください。

井戸水使用が不明な場合は、問い合わせください。



口腔ケア教室受講生募集

問い合わせ先 町地域包括支援センター（町福祉センター内） ☎963-0663（直）

日ごろから口の健康を意識していますか。
言語聴覚士の指導のもと、口腔機能について、学びましょう。

【日時】 8月9日、23日、9月13日、27日、
10月11日、25日、すべて火曜日
午前10時～11時30分（全6回）

【場所】 町福祉センター 3階会議室

【対象】

町内在住で要介護認定を持たない65歳以上の人

【参加費】 無料

【テーマ】 「健康はお口から！」

【講師】 加野病院リハビリセンター
言語聴覚士 杉谷多起子さん

【定員】 10人（先着順）

※初めて受講する人を優先

【必要なもの】

タオル、水分補給できるもの、新宮さぼ一た一ず
手帳（持っている人のみ）、筆記用具
※マスク着用で参加してください。

【申込方法】 窓口または電話

【申込期間】 7月4日（月）～8日（金）
午前8時30分～午後5時

【申込先】 町地域包括支援センター
（町福祉センター）



「よい歯の高齢者」の検診を受けてみませんか

11月8日は「いい歯の日」です。粕屋歯科医師会では毎年、歯科保健啓発活動を目的として粕屋地域の1市7町を巡回し「KASUYAデンタルフェア」を開催しています。45回目の今年は、11月13日に「そぴあしんぐう」にて開催予定です。

開催町の高齢者には「よい歯の高齢者」の表彰を予定しています。検診受診者のうち、口腔状態が優秀な人には、フェア内で表彰状および賞品の授与を行いますので、奮ってご参加ください。

【対象者】

新宮町に住所を有し、令和4年7月1日時点で70歳以上の人

【検診費用】 無料

【対象期間】 7月15日（金）～29日（金）

【表彰対象者】

指定医療機関にて検診を受けた人で、次のすべてを満たし特に優秀な人

- きちんと噛める歯が20本以上残っている
- 治療完了者または、それに準ずる人
- 清掃状態がよい

指定医療機関（50音順）

青山歯科クリニック	☎962-6480
折田歯科医院	☎963-5688
梶原歯科医院	☎963-3737
くすのき歯科医院	☎963-3355
さくら歯科	☎963-0765
さん歯科こども・おとな歯科	☎410-5817
しげおか歯科医院	☎963-4222
新宮おかべ歯科	☎963-0100
新宮おがわ歯科おとな・こども歯科	☎963-5418
新宮中央歯科クリニック	☎940-5656
TOMOデンタルクリニック	☎410-5088
まつしま歯科医院	☎962-5218
杜の宮かなだ歯科医院	☎410-1455
安河内歯科医院	☎962-0540

【審査結果通知方法】 郵送にて通知

【問い合わせ先】 一般社団法人粕屋歯科医師会
福岡市中央区大名1-12-43
☎712-1764

大腸がん検診・子宮頸がん検診が医療機関でも受診できます

問い合わせ先 町福祉センター健康福祉課(健康づくり担当) ☎962-5151(直)

大腸がん検診と子宮頸がん検診が、シーオーレ新宮での総合健診の他に、医療機関でも受診ができます。

	大腸がん検診	子宮頸がん検診
対象者	新宮町に住所を有し、令和5年3月31日時点で40歳以上の人 ただし、町の総合健診において大腸がん検診を受診した人は、医療機関での受診はできません。	新宮町に住所を有し、令和5年3月31日時点で20歳以上の女性 ただし、町の総合健診において子宮頸がん検診を受診した人は、医療機関での受診はできません。
実施期間	7月1日(金)～令和5年2月28日(火)	7月1日(金)～令和5年1月31日(火)
自己負担額	500円	2,500円
受診方法・予約	各医療機関へ直接問い合わせください。	

【実施医療機関】(50音順)

○大腸がん検診

医療機関名	住所	電話番号
江口内科クリニック	三代西2-12-20	☎963-5080
川崎内科医院	美咲2-8-7	☎962-1931
新宮町相島診療所	相島1401	☎962-4361
竹村医院	下府5-12-8	☎962-0846
千鳥橋病院附属たちばな診療所	夜臼5-5-17	☎962-5211
原外科医院	下府1-3-5	☎962-0704
ひぐち内科クリニック	緑ヶ浜4-10-5	☎963-2800
やまだ消化器科内科クリニック	新宮東4-3-1	☎941-2225

○子宮頸がん検診

医療機関名	住所	電話番号
愛和病院	古賀市天神5-9-1	☎943-3288
そらレディースクリニック	福岡市東区和白丘2-2-45	☎605-3511

補装具支給などの巡回相談を行います

問い合わせ先 役場健康福祉課(障がい者・社会福祉担当) ☎962-0239(直)

身体に障がいがある人を対象に、補装具支給などの巡回相談を実施します。相談を希望する場合は申し込みが必要です。また、原則として本人がお越しください。

【日時】 8月23日(火)

午前9時30分～午後3時

【場所】 サンコスモ古賀(古賀市庄205)

【相談内容】 義肢・装具の作製、義肢のソケット交換を伴う修理の要否判定、処方など

※電動車いす・座位保持装置・重度障がい者用伝達装置などの相談・要否判定は行いません。

【必要なもの】

- 認め印
- 身体障害者手帳
- 補装具再支給の場合、前回支給の補装具
- 補装具修理の場合、修理が必要な補装具

【申込方法】 電話、窓口

【申込締切日】 8月2日(火)

【申込先】 役場健康福祉課

社会福祉協議会の窓

ふれあい10分コール そら

気軽にお電話(☎963-0921)ください。
「傾聴ボランティアそら」がおはなしの相手
をします。

日程 7月1日(金)、8日(金)、15日(金)、
22日(金)、29日(金)

時間 午後1時～3時

※通話時間は1人10分程度

料金 無料(通話料は自己負担)

※電話は1回線のため、お待たせすることが
あります。

傾聴カフェ そら

「傾聴ボランティアそら」が参加者の話に傾聴
するカフェです。

日時 7月27日(水) 午後1時～3時

場所 町福祉センター3階 会議室1

参加費 100円

ほっこり相談室

心理カウンセラーの大森幸子さんをお招き
し、プチ相談会(個別相談)を開催します。

どんなことでも構いません。大森さんとお話
してみませんか。

日時 7月27日(水) 午後1時～3時

(1人あたり30分)

※基本的に対面での相談

場所 町福祉センター3階

対象 行きしぶりや不登校・ひきこもりに悩む
本人や家族

参加費 無料

定員 4人(要予約)

受付開始日 7月1日(金)

不登校・ひきこもりほっこりおはなし会

ひとりで悩まず思いを語り合ってみませんか。

日時 7月27日(水) 午前11時～午後3時

場所 町福祉センター3階 会議室2

対象 行きしぶりや不登校・ひきこもりに悩む
本人や家族、関心のある人

参加費 無料(数に限りあり)

内容 木工体験(写真たて制作)

協力 木工指導 堺哲男さん

※当日は軽食を準備しています。

7月は
レクリエーション
をします



問い合わせ先 町社会福祉協議会

☎963-0921(直)

年に1回健康チェック!

問い合わせ先 役場住民課 ☎963-1733(直)
町福祉センター健康福祉課(健康づくり担当)
☎962-5151(直)

8月～9月実施の健診の予約を受け付けていま
す。日程や内容などの詳細は、広報6月号で配布し
ている「新宮町総合健診ガイド」でご確認ください。
町ホームページにも掲載しています。

【電話予約】 ☎0120-791-376

【受付時間】 月～金曜日 午前9時～午後5時

※祝休日、8月12日(金)、8月15日(月)を除き
ます。

【ウェブ予約】

<https://fs-localg.jp/shingu-town/>



予約はこちらから▶

【問い合わせ先】

○40歳以上の新宮町国民健康保険被保険者、後期
高齢者医療制度被保険者の(特定)健康診査
役場住民課(保険年金医療担当)

☎963-1733(直)

○上記以外の人(特定)健康診査、がん検診など
全般、健診の相談

町福祉センター健康福祉課(健康づくり担当)

☎962-5151(直)

お詫びと訂正

アクティブ新宮6月号に折り込みをしました
「新宮町総合健診ガイド」の掲載内容に誤りがあ
りました。お詫びして訂正いたします。

【訂正内容】

1ページ・4ページ

胃がん検診(バリウム投影)料金

誤 2,400円 → 正 1,000円

問い合わせ先 町福祉センター健康福祉課
(健康づくり担当)

☎962-5151(直)

離乳食教室

問い合わせ先 しんぐう子育てサポートセンター(シーオーレ新宮内)
☎963-2995(直)

離乳食の疑問や心配はありませんか。離乳食づくりの疑問に丁寧に答えます。月齢にあわせた食材やメニューを楽しく学びましょう。

【日時】 7月20日(水)

①午前9時50分～10時50分

②午前11時～正午

【場所】 シーオーレ新宮 3階栄養指導室

【対象】

①町内在住のおもに離乳食初期～中期の乳児の保護者

②町内在住のおもに離乳食後期～完了期の乳児の保護者

【参加費】 無料

【内容】

管理栄養士による離乳食の話、調理の実演見学

【定員】 ①②各6人(先着順)

【託児】 あり(要予約・無料)

お子さんと一緒でも参加できます。

【必要なもの】 筆記用具

【申込方法】 窓口、電話

【申込締切日】 7月13日(水)

【申込先】 しんぐう子育てサポートセンター
(シーオーレ新宮 子育て支援課)

パパママ教室

問い合わせ先 しんぐう子育てサポートセンター(シーオーレ新宮内)
☎963-2995(直)

妊娠中はお父さん・お母さんになるための準備期間です。パパママ教室では、妊娠中から知っておくと役立つことをたくさんお伝えします。お腹の赤ちゃんの育ち方やお産に向けての準備、子育てで大切なことを一緒に学びましょう。

【日時】 7月22日(金) 午前10時～正午

【場所】 シーオーレ新宮

【対象】 町内在住でパパ・ママとなる人

※1人での参加も可能です。託児はありませんが、お子さんと一緒に参加できます。

【参加費】 無料

【内容】

○妊娠中・産後の過ごし方、パパの関わりなどについて(助産師による講話)

○赤ちゃんのお風呂入れ体験、パパの妊婦体験、抱っこ仕方

【定員】 8組程度(先着順)

【必要なもの】 母子健康手帳、筆記用具

【申込方法】 窓口、電話

【申込期間】 7月1日(金)～20日(水)

【申込先】 しんぐう子育てサポートセンター
(シーオーレ新宮 子育て支援課)

こころにここ相談室

問い合わせ先 しんぐう子育てサポートセンター(シーオーレ新宮内) ☎963-2995(直)

妊娠中や出産後、子育て中など、悩んだり不安になったり心がモヤモヤしたりすることはありませんか。町では、臨床心理士による相談会を月1回開催しています。どんな些細なことでも構いません。一度ゆっくりお話ししませんか。相談は無料です。

【日時】 7月19日(火)

①午前9時～9時50分

②午前10時～10時50分

③午前11時～11時50分

【場所】 シーオーレ新宮

【対象】 町内在住の妊婦、乳幼児の保護者

【定員】 先着で各時間帯1組ずつ

【託児】 あり(要予約・無料)

【注意事項】 相談は原則として1回です。相談内容により保健師の対応となる場合があります。

【申込方法】 窓口、電話

【申込締切日】 7月14日(木)

【申込先】 しんぐう子育てサポートセンター
(シーオーレ新宮 子育て支援課)

熱中症予防×コロナ感染予防で健康に！

問い合わせ先 町福祉センター健康福祉課（健康づくり担当） ☎962-5151（直）

熱中症は、暑い環境で体温の調節ができなくなった状態で、さまざまな症状をきたします。

新型コロナウイルス感染防止の3つの基本である①身体的距離の確保②マスクの着用③手洗いの実施や「3密（密集、密接、密閉）」を避けるなどを取り入れた熱中症予防について紹介します。

【熱中症予防行動】

- 日ごろから健康管理（体温測定、健康チェック）をしましょう。
- マスク着用時は激しい運動は避け、のどの渇きを感じる前に、こまめに水分を補給しましょう。
- 屋外でのマスク着用は、熱中症予防の観点から、人との距離が確保できる場合や、距離が取れない場合であっても会話をほとんど行わない場合は、マスクを外すことを推奨されています。
- 帽子、日傘や日陰で暑さを避け、通気性の良い服装を心がけましょう。
- エアコン使用中もこまめに換気をしましょう。

【熱中症の症状】 めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、ふくらはぎがつる、気分が悪い、頭痛、吐き気、嘔吐（おうと）、倦怠感、虚脱感、いつもと様子が違うなど

【熱中症が疑われる人への対処法】

- ①風通しのよい日陰など、涼しい場所へ移動しましょう。
- ②衣服をゆるめ、体を冷やしましょう（首回り、脇のした、足の付け根など）。
- ③水分・塩分などを補給しましょう。

環境省「LINE公式アカウントの登録」（無料）▶



環境省LINE公式アカウントを「友だち」登録すると、熱中症警戒アラートのお知らせが届きます。また、お知らせメール受け取り以外にも、メニュー画面から熱中症対策に関わる情報が閲覧できるようになります。

カンガルー講座「親子で積み木遊び」参加者募集

問い合わせ先 rainbow house ☎090-7294-6241（代表 西河） そぴあしんぐう社会教育課 ☎962-5111（直）

たくさんの積み木やビーズを使って、みんなで一緒に遊びませんか。遊ぶときの約束や遊び方をインストラクターが指導します。

【日時】 7月31日（日）

- 第1部 午前10時～11時30分
- 第2部 午後0時30分～2時30分
- 第3部 午後3時～5時

【場所】 そぴあしんぐう1階 多目的ホール

【対象】 第1部 2歳児～3歳児とその保護者
第2部、第3部 3歳児～小学生とその保護者

【定員】 各10組（先着順）

【申込開始日】 7月8日（金）

【申込方法】 インターネットのみ

ご希望のQRコードを読み取り、インターネットからお申し込みください。

※QRコードが読み取れない場合は、問い合わせ先までご連絡ください。



▲第1部



▲第2部



▲第3部



新宮海岸での深夜花火を規制しています

問い合わせ先 役場地域協働課 ☎963-1734(直)

新宮海岸での深夜花火は新宮町深夜花火規制条例で規制されています。深夜の花火は近隣住民の安眠を妨げるだけでなく、火災の危険性もあります。条例に違反した場合は、警察から指導を受けたり、5万円以下の過料が科せられたりすることがあります。

新宮海岸は、みなさんの憩いの場です。ルールを守りましょう。

- 【規制時間】 午後10時～翌日の日の出
 - 【規制区域】 新宮海岸一帯
 - 【規制花火】 飛ばす花火、打上花火、爆発音がする花火、回転する花火など
- ※線香花火などは除く。



相談場所 役場2階 消費生活相談室

相談日時 毎週火曜日・金曜日(電話相談にて対応)

午前10時～午後1時・午後2時～4時 ※祝日は除く

相談専用番号 ☎410-2182(開設時のみ)

消費生活相談室だより

買い物や契約での消費トラブルはありませんか。相談無料の消費生活相談室をご利用ください。町外在住の相談員が対応します。

知っていますか？「国際ロマンス詐欺」手口を知って被害を防ぎましょう

【国際ロマンス詐欺とは?】

SNSやマッチングアプリなど、インターネットで知り合った外国人と親しく連絡を取り合ううちに送金を迫られる手口を「国際ロマンス詐欺」といいます。この手口による被害は全国で発生しています。国際ロマンス詐欺の送金させる手口はさまざまですが、特に、荷物などを送るので代わりに受け取ってほしいと言われ、受け取る際に通関料などの料金を請求されるという相談が目立っています。

事例

アメリカ人であるという男性からSNSにメッセージが届き、数週間やりとりをしていたところ、ギフトとして英語の教材を贈りたいと言われ、住所を教えた。その後、男性から「荷物を送ったので、配送状況の確認をしてほしい」と言われたので、指定されたサイトにアクセスしたところ、30万円の通関手数料が必要だと言われたので「支払えない」と伝え、無視していたところ、さらにペナルティーが加算されるとの連絡がきた。

アドバイス

- ①インターネットで知り合いになった面識のない海外の人と安易に荷物を受け取る約束をしない。万が一、海外から身に覚えのない荷物が届いた場合は、受取拒否をしましょう。友だちや知り合いから勧誘されても、きっぱりと断りましょう。
- ②手数料などを要求されても送金などをしないでください。不安に思った場合やトラブルになった場合は消費生活相談室に相談しましょう。
- ③不安に思ったら送金などをする前に、すぐに消費生活相談室に相談しましょう。また、周囲の人が巻き込まれていると思われる場合は消費生活相談室への相談を勧めてください。

【相談窓口】

○消費者ホットライン「188(いやや!)」番

※188は最寄りの消費生活センターなどをご案内する全国共通の3桁の電話番号です。

問い合わせ先 役場産業振興課 ☎962-0238(直)