

国保・年金

短期証の更新

国民健康保険短期被保険者証(短期証)は4月に更新となります。

対象者には3月下旬に新しい短期証を郵送します。

現在の短期証は4月1日(月)以降に郵送又は直接保険年金課(本庁舎1階)へお返しください。

窓

対象者には事前に通知します。本人確認書類をお持ちのうえ、保険年金課へお越しください。

問 保険年金課

後期高齢

後期高齢者医療保険料の納付のお願い

後期高齢者医療保険料は、後期高齢者医療制度の運営を支える貴重な財源です。

被保険者の皆さんには、年金から天引きする特別徴収、又は自分で納める普通徴収での納付をお願いしています。

普通徴収で納め忘れのあるかたは3月中に納付してください。なお、納付書がないなど、ご不明な点はお問い合わせください。

問 保険年金課

福祉

発達障害啓発週間 パネル展示

毎年4月2日は国連で定められた「世界自閉症啓発デー」です。日本では4月2日から1週間を「発達障害啓発週間」として、発達障害の理解啓発に取り組んでいます。市では、この機会に発達障害に

ついて理解を深めていただくためのパネル展示を行います。4月2日(火)〜8日(月)午前8時30分〜午後5時

手話通訳者をご利用ください

聴覚障害のあるかたが市役所庁舎に来庁した際に、行政手続き等の手話通訳を行います。

問 障害支援課

1) 問 障害支援課 (☎35・213)

乳幼児健康診査

Table with 4 columns: 健診名, 対象生年月日, 日程, 受付時間. Rows include 3~4か月児健康診査, 1歳6か月児健康診査, 3歳児健康診査.

場 いきいきプラザ2階 ※対象者にはすでに通知しました。通知のないかたはお問い合わせください。

土曜日版ハローベビークラス(両親学級)

日 4月20日(土)午前9時30分〜正午(15分前から受付開始) 場 いきいきプラザ2階
入 出産予定日が6〜9月のかたとパートナー、先着20組
内 お産の進み方等の助産師の話、沐浴実習、妊婦体験等 講 助産師、保健師
持 母子健康手帳、「妊娠・出産・子育てガイド」の冊子
申 3月25日(月)〜4月12日(必着)(下段申込方法参照)
特記事項 2人の氏名(ふりがな)・出産予定日・出産回数(初産/経産)
申込方法 教室名・住所・氏名(ふりがな)・電話番号と特記事項を明記し、電子申請、往復はがき又は直接子育て支援課(いきいきプラザ3階)へ
問 子育て支援課

2月の受付状況

Table with 2 columns: 内容, 件数. Rows include 都市・環境, 職員・人事, 施設, 健康・福祉, 学校・教育, 財政・税金, 子ども・子育て, 政策的提言, その他, 合計.

問 秘書広報課

市長への手紙 (手紙・ファクス・Eメール) 市政に対するご提案・ご意見・ご要望等を受け付けています。通常、14日程度で回答しますが、時間がかかる場合もあります。※匿名の場合や誹謗中傷等には回答できません。

平成31年度 狂犬病予防注射

問 健康増進課

犬の飼い主には犬の登録、毎年1回の狂犬病予防注射と注射済票の交付手続きが義務付けられています。

日 場 表1・2参照 費 3,650円(注射料金ほか) ※上記の料金は、4月1日(月)〜30日(休)までです。表1・2の会場以外で注射をする場合や5月以降に市指定動物病院で注射をする場合は、料金が異なる場合があります。

表1 狂犬病予防注射・屋外会場

Table with 4 columns: 日程, 受付時間, 場所, 所在地. Rows include 4月25日(休) and 4月26日(金) with various outdoor venues.

※雨天時は中止となり、予備日はありません。病院会場又はほかの動物病院で注射をしてください。※他市で実施する屋外会場は利用できません。※市民センター以外は、車での来場はご遠慮ください。

表2 動物病院会場一覧

Table with 3 columns: 動物病院, 所在地, 電話. Lists various animal hospitals and their contact information.

※休診日・診察時間等は各動物病院にお問い合わせください。※市内の4動物病院では、4月〜翌年2月は新規登録手続きもできます。

済票交付申請書兼問診票、料金、ふん尿の後始末をする道具 ※表1・2以外の会場で注射をする場合は、注射済の証明書を発行してもらい、健康増進課(いきいきプラザ1階)又は地域サービス窓口で注射済票の交付手続きをしてください。★表2の会場で4〜6月(市内病院では翌年2月まで)の期間に注射をすると、その場で注射済票が交付されます。

コラム

医師会

パーキンソン病について

近年、認知症とともに増加している疾患にパーキンソン病があります。パーキンソン病は脳内でのドーパミンの減少によって起こる病気です。主な症状として、手の震えや歩行障害が目立ちます。そのほかに、幻覚等の精神症状や立ちくらみ等の自律神経症状が出る場合があります。特に注意しなければならないのは、突進現象です。これは、歩いていて急に止まれなくなる現象で、なかなか自分で止まろうとしても止まれません。止まるには他の人に止めてもらうか、何かにつかまるか、転倒するしかありません。パーキンソン病の初期症状には、ちょっと歩きにくい、字が下手になったなどがありますが、放置しておくで徐々に進行し、歩行困難・排

尿排便障害・嚥下障害になります。症状がさらに進行すると関節の動きが固くなり、最後は寝たきりになります。完全に防ぐ方法は現在ありません。治療には、ドーパミン補充療法で進行を遅らせることと、リハビリテーションがあります。前述の症状について気になるかたは、早期に神経内科を受診してください。また、運動をあまりしない人におきやすいとの報告もありますので、日常的にストレスをため込み過ぎず、適度な運動を心掛けてください。 東村山市医師会

コラム

消費生活センター

インターネット利用時の偽警告には落ち着いて対応を

相談受付 午前9時〜正午 午後1時〜4時 電話 395-8383(直通)

事例 自宅のパソコンでネット検索中に、突然警告音が鳴り「ウイルスに感染する危険性がある」と表示された。表示に従い電話をすると片言の日本語を話すオペレーターが出た。遠隔で操作されたあと、パソコンに問題があると言われたので有償のセキュリティソフトとパソコンサポートを申し込み、クレジットカードで支払った。アドバイス このような警告表示はパソコンに問題がないにも関わらず、偽警告で不安をおおる不当な広告といえます。手口は次第に巧妙化していますが、警告表示された時点の対処方法は、その画面を閉じることです。決して電話をしないでください。 独立行政法人情報処理推進機構(I

PA)では契約してソフトウェアをインストールしてしまった際の削除の方法として、システムの復元を推奨しています。パソコン動作に不安を感じたら、IPAやパソコンメーカーに相談しましょう。ソフトウェアを削除しても契約は継続となっていて、カードの請求が続くこともあります。解約手続きが必要ですが、相手が海外の会社で、英語が必要なことから解約が困難な場合が多くみられます。まずクレジットカード会社に連絡をしましょう。また、英語での解約方法が分からない場合は国民生活センター越境消費者センター(CCJ)に相談しましょう。相談の受付はインターネットからすることができます。