

地震に備えて

深川消防署妹背牛支署

地震による人的被害の多くは、倒れた家具や落下物などによる負傷です。いつ、どこで強烈な揺れに襲われるかわかりません。何より重要なのは、落ち着いて正しく行動し、確実にわが身の安全を確保する事です。

地震発生時の行動

- ・緊急地震速報や、大きな揺れがあった時は、まずは身の安全を最優先に考えて行動する。
- ・丈夫なテーブルの下や、物が「落ちてこない」「倒れてこない」「移動してこない」空間に身を寄せ、揺れがおさまるまで様子を見る。

地震発生直後の行動

- ・火を使っている時は、揺れがおさまってから、慌てず火の始末をする。
- ・揺れがおさまったのを確認してから、ドアや窓を開けて、必要に応じて避難ができるよう出口を確保する。

地震後の行動

- ・家屋倒壊のおそれや近隣に大きな火災が発生した時は、避難所などに避難する。
- ・わが家の安全が確認できたら、隣近所の安否を確認する。
- ・火災などの二次災害を防ぐために、避難が必要になった時は、できるだけ電気のブレーカーを落とし、ガスの元栓を閉めてから避難する。

安否確認は複数の方法で

- ・災害用伝言ダイヤル「171」(音声による伝言サービス)や公衆電話、Eメールなどを活用し、離れ離れになっている家族などの安否確認をしましょう。

地震による被害を最小限にとどめるためには、日頃から家の中の安全対策を施し、家族や隣近所の人たちと訓練を行い、地震が来ても落ち着いて行動できるようにしましょう。



健診で体の定期点検!

健康福祉課健康グループ

今年度の各種健診についてご案内します。健康診査は生活習慣病の予防や悪化防止、がん検診はがんの早期発見を目的としています。

対象者には毎年1人1回、町から助成があり、自己負担が軽減されています。特定健診・一般健診は自己負担無料で、がん検診は胃・肺・大腸がんの3つを合わせても1,400円で受けることができます。自己負担は12年間据え置きとなっています。

忙しい方でも受診しやすいよう、健診機会の選択肢を用意しておりますので、ぜひご利用いただき、健康管理にお役立てください。

【集団健診と個別健診】

近くで手軽に受診したい方には、保健センターの集団健診がおすすめです。今年は7/15(水)～7/17(金)と、10/17(土)～10/18(日)の計5日間実施します。乳がん・子宮がん検診は7/15(水)と10/17(土)のみ実施し、この日は女性の方を優先とさせていただきます。

集団健診では日程が合わない方などには、通年で受けられる個別健診をおすすめしています。

旭川がん検診センターでは希望の健診を選んで受けることができます。

深川市立病院では人間ドックまたはミニドック(特定健診+胃・肺・大腸がん検診)と乳がん・子宮がん検診、旭川厚生病院では人間ドックが受けられます。

【申し込み・お問合せ】

保健センターの集団健診申込みは5/12(火)～6/22(月)までとなっています。胃がんと乳がん・子宮がん検診は時間予約となりますが、例年、早い時間帯ほど混み合いますので、ご希望の方はお早めにご連絡ください。

保健センター以外で行う個別健診の申込みは随時受け付けています。詳しいことは町保健センター保健師(32-2411内線192)までお問合せください。

令和2年度の健康診査・がん検診一覧

| | | 保健センター (集団) | 旭川がん 検診センター | 深川市立 病院 (ドック) | 旭川厚生 病院 (ドック) |
|----------|--------|----------------|----------------|---------------------|---------------------|
| 健康 診査 | 20～39歳 | | | 30歳～ | 30歳～ |
| | 40～74歳 | | | | |
| | 75歳以上 | | | | |
| がん 検診 | 胃・肺・大腸 | 20歳～ | 20歳～ | 30歳～ | 30歳～ |
| | 乳 | 40歳～ | 20歳～ | 30歳～ | 30歳～ |
| | 子宮 | 20歳～ | 20歳～ | 20歳～ | 20歳～ |

妹背牛町のお知らせ

information

付加保険料の納付のご案内

住民課住民グループ

国民年金第1号被保険者ならびに任意加入被保険者は、定額保険料に付加保険料を上乗せして納めることで、受給する年金額を増やせます。

納めることができる方 付加保険料の月額
国民年金第1号被保険者 400円
任意加入被保険者
(65歳以上の方を除く)

お申込先
役場住民課住民グループ

付加年金額
付加年金額は、「200円×付加保険料納付月数」です。

国民年金保険料は 納付期限までに納めましょう

住民課住民グループ

令和2年4月分から令和3年3月分までの国民年金保険料は、月額16,540円です。保険料は、日本年金機構から送付される納付書により、金融機関・郵便局・コンビニで納めることができます。また、クレジットカードによる納付やインターネットなどを利用した納付、そして便利でお得な口座振替もあります。

日本年金機構では、国民年金保険料を納付期限までに納めていただけない方に対して、電話、書面、面談により早期に納めていただくよう案内を行っております。

未納のまま放置されると、強制徴収の手続きによって督促を行い、指定された期限までに納付がない場合は、延滞金が課されるだけでなく、納付義務のある方の財産を差し押さえることがありますので、早めの納付をお願いします。

妹背牛駐在所よりお知らせ

深川警察署妹背牛駐在所

新型コロナウイルスに関する詐欺に注意！

- ・他府県で、「あなたの水道管から新型コロナウイルスが...」、「マスクが無料であたります。」とのウソの電話やメールによる詐欺が発生しています。
- ・今後も、「トイレトーパーを買い占めたこと、今なら示談に...」などの新型コロナウイルスを利用した詐欺が発生するものと思われます。
- ・不審な電話やはがきは相手にせず、まずは家族や警察に相談を。

深川警察署を騙った電話が市内で約10件

- ・「逮捕した詐欺グループが、あなた名義の通帳を...。」と深川署員をかたる不審電話が深川市内で発生しています。
- ・そのような電話は「念のため...。」と電話を切り、深川署23局0110番までおかけ直し願います。

歩行者保護へのお願い

- ・新入学・新入園の子ども達は警戒心よりも興味の方を優先しがちです。
- ・特に、「児童・園児への優しい運転」をお願いします。

タイヤ盗難の防止について

- ・交換時期にタイヤ盗難が多く発生しがちです。
- ・保管場所の施錠、チェーンによる連結などの盗難予防を

適切な時期のタイヤ交換を

- ・冬タイヤは舗装路面での制動距離が伸びがちです。
- ・適切な時期の交換と、空気圧のチェックを忘れずに！



| | | | | | | | |
|-----------|-----------|-----------|----------|----------|------------|-------------|-------------|
| 清澤 妻 | 西野 妻 | 初田 母 | 新谷 母 | 星野 母 | 向井 夫 | 向井 妻 | 向井 妻 |
| 清澤 哲弘 | 西野 武明 | 初田 幸子 | 新谷 晶子 | 星野 繁義 | 向井 向井 | 向井 敏則 | 向井 敏則 |
| 末子 様(11区) | 多美子 様(1区) | ミツヨ 様(1区) | 正子 様(1区) | 末子 様(5区) | 向井 啓 様(6区) | 向井 恵子 様(8区) | 向井 恵子 様(8区) |
| 氏 | 氏 | 氏 | 氏 | 氏 | 氏 | 氏 | 氏 |
| 死去に際して | 死去に際して | 死去に際して | 死去に際して | 死去に際して | 死去に際して | 死去に際して | 死去に際して |

妹背牛町社会福祉協議会

ご厚志ありがとうございました

| | | | | | | | | |
|----------|----------|-----------|-----------|----------|----------|----------|---------|----------|
| 服部 朝子 さん | 清澤 末子 さん | 西野 多美子 さん | 初田 ミツヨ さん | 入谷 時枝 さん | 天谷 正子 さん | 星野 末子 さん | 向井 啓 さん | 向井 恵子 さん |
| 4月13日 | 4月9日 | 4月2日 | 4月2日 | 3月28日 | 3月26日 | 3月22日 | 3月16日 | 3月15日 |
| 97歳 | 87歳 | 79歳 | 88歳 | 83歳 | 93歳 | 92歳 | 89歳 | 67歳 |

お悔やみ
申し上げます

戸籍の窓
3月16日～4月15日 届け出分