

早めに受診しましょう 令和3年度各種健(検)診 令和4年1月31日(月)まで

市に住民登録がある方は、期限内に1回受診できます。詳しくは市ホームページをご覧ください。なお、自己負担金は免除される場合があります。

内容 胃がん(胃内視鏡検査)検診、大腸がん検診、子宮頸がん検診、乳がん(マンモグラフィ検査)検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診、特定健康診査(市の国民健康保険に加入中の40歳以上75歳未満の方)、長寿健康診査(県の後期高齢者医療保険証の適用を受けている方)

受診方法 受診券と保険証を持参し、契約医療機関で受診してください。年度途中の転入や受診券を紛失した方も、直接医療機関へ申し込みの上、受診できます。

◎**特定保健指導を受けましょう** 特定健康診査の結果、生活習慣病のリスクが高いと判定された方には、特定保健指導の通知が届きます。保健師・管理栄養士などが無料で健康づくりをサポートしますので、ぜひご利用ください。判定結果は健診結果に記載しています。

☎ 健康づくり支援課 ☎7185-1126

市の国民健康保険に加入中の40歳以上75歳未満の方 健診費用助成 申請は令和4年3月31日(木)まで

今年度、市の助成を受けずに自費で人間ドックなどの健診を受診した方は、健診結果(特定健診と同等の検査項目を全て含む)を提出することで健診費用の助成を受けられます。対象の方は早めに申請してください。詳しくは市ホームページ(QRコード参照)をご覧ください。



対象 次の全てに該当する方①受診日から申請日まで継続して市の国民健康保険に加入している②受診日に40歳以上75歳未満である③今年度、市の特定健診および短期人間ドックなどを受診していない④健診費用を自己負担している

助成額 上限5000円

☎・☎ 申請書、受診票、健診結果の写し、健診費用を支払ったことを証する書類の写しを郵送・持参。〒270-1192市役所国保年金課(住所省略可)・内線482

市の国民健康保険に加入中の方 令和4年1月14日(金)に医療費通知を発送

確定申告または市・県民税の申告の医療費控除は、医療費通知を添付することで明細書の記入を一部省略できます。

※医療費通知に記載されているのは10月診療分までです。11月・12月診療分は医療機関などの領収書で医療費控除の明細書を作成し、確定申告書に添付してください。

対象 市の国民健康保険加入者で、令和2年11月～令和3年10月に医療機関を受診した方(個人宛てに送付)

☎ 国保年金課・内線324

情報ひろば

市や官公庁主催・共催・後援、補助団体の記事を掲載しています。
各項目は、次のように省略しています。
☎…日時、☎…場所、☎…内容、☎…講師、☎…出演、☎…対象、☎…定員、☎…報酬・報償、☎…選考方法、☎…費用、☎…入場券販売所、☎…持ち物、☎…申し込み(記載のないものは申込不要)、☎…問い合わせ

イベント

シニア向けパソコンの困り事何でも相談会
☎12月22日(水)、令和4年1月5日(水)9時～16時(1人60分、月1回) ☎グループハマダ・ヤマダ ☎各日先着6人(障害者、英語対応可) ☎無料
☎・☎・☎市民活動ステーション ☎FAX 7165-4370 ☎abikosks@themis.ocn.ne.jp

15周年記念 1日おくれのクリスマスコンサート～音楽の贈り物～
☎12月26日(日)14時～ ☎けやきプラザホール ☎ラプソディ・イン・ブルー、アランフェス協奏曲ほか ☎高須洋美さん、石崎諒子さん、石崎翔子さんほか ☎1500円(3歳～12歳1000円) ☎軽喫茶(ぼら、ブックマルシェほか) ☎ムジークフロイデ・高須 ☎7184-2526

ニューイヤー・オペラコンサート in Kashiwa Vol.17 魔笛全2幕
☎令和4年1月9日(日)14時～ ☎アミューゼ柏 ☎モーツァルト歌劇「魔笛」 演吉田真澄さん、市川浩平さん、渡邊真弓さんほか ☎4000円 ☎アミューゼ柏、かしわインフォメーションセンター ☎ニューイヤーコンサート実行委員会・八重樫 ☎7115-9691

縁結びバスツアー
☎令和4年1月30日(日)9時～16時30分 ※8時50分我孫子駅北口我孫子ふれあい広場集合 ☎市外の神社巡り、里カフェランチ、工作体験ほか ☎対38歳～48歳の独身の方 ☎男女各12人(抽選) ☎費男性4000円、女性3500円 ☎☎1月10日(祝)までに我孫子市

結婚相談所あび♡こい♡ハート(けやきプラザ11階) ☎7184-8100

体験したい我孫子の至宝 座学と散策「我孫子と取手の巨木を知る・観る」
☎令和4年1月19日(水)9時～15時30分 ※小雨実施 ☎けやきプラザロビー集合、天王台駅解散(バス移動あり) ☎我孫子の文化を守る会 ☎市内在住で65歳以上の方 ☎20人(抽選) ☎1500円(昼食代) ☎飲み物、軽雨具、歩きやすい服装・靴 ☎☎1月12日(水)までに天王台地区社会福祉協議会 ☎7183-9009

我孫子市茶道連盟 月釜
☎令和4年1月23日(日)10時～15時(受付14時30分まで) ☎アビスタ 席主中根宗節さん、玉井宗美さん(裏千家) ☎2席2000円 ☎中根 ☎7189-2465

コンサート×おしぼい「ベートーベン物語」
☎令和4年1月23日(日)10時30分～ ☎けやきプラザホール ☎ピアノソナタ「悲愴」、バイオリンソナタ「春」ほか ☎三村真理さん、公家義徳さん、清岡優子さん ☎3800円 ☎☎みむむの森 ☎070-6479-7294 ☎https://mimumimu.org/

天王台北地区まち協・我孫子友の会共催「今夜の夕食一緒につくりませんか？」
☎令和4年1月27日(木)13時～15時 ☎火を使わない一品と乾物を使った料理講習会 ☎先着8人 ☎500円 ☎室内履き、エプロン、三角巾、布巾、持ち帰り用容器2個 ☎☎☎天王台北近隣センター ☎7182-9988

☎ 講演・講座・教室

老人福祉センターつつじ荘 西部福祉センター サービスを順次再開

感染症対策のため以前と異なる部分もありますが、順次通常の運営に戻す予定です。利用方法・再開したサービスなど、詳しくは各施設へお問い合わせください。

◎**老人福祉センターつつじ荘**
電話番号 7188-0123

再開	再開未定
浴室、グラウンドゴルフ、囲碁・将棋、テレビ、麻雀、マッサージ機(一部)、マッサージ、売店(一部)、団体利用(一部)、けん玉教室	カラオケ、食事

◎**西部福祉センター**
電話番号 7185-5818

再開	再開未定
浴室、囲碁・将棋、テレビ、麻雀、ボランティア室、マッサージ機、マッサージ、売店(一部)	カラオケ、食事

図書館員が選ぶ この一冊 46

『魔女ジェニファとわたし』岩波書店 E.L.カニグズバーグ/作 松永ふみ子/訳

転校生のエリザベスはいつも独りぼっち。一緒に学校に行く友達もいない。ところが、ハロウィーンのお祭りの日、学校に行く道の途中で黒人の少女ジェニファと出会う。「あたしは魔女だ」というジェニファに憧れ、魔女見習いにしてもらったエリザベスは、ジェニファと秘密を共有し、おかしな魔女修行に励んでいく。

子どもをとりまく世界と心情を鮮やかに描き出した本作は、アメリカの児童文学作家・カニグズバーグの代表作となっている。少女たちが素直な気持ちで関係性を築きあげていく様子は、子ども・大人を問わず、読んだ人の心に残るだろう。

消費生活センターだより

SNSだけで契約して大丈夫?

「SNSで見た副業サポートに登録して30万円支払ったが不安になり、返金を求めたら応じてもらえずその後連絡が取れない」「投資のコンサルタントに50万円支払ったがキャンセルを申し出たら連絡先のSNSがブロックされた」という相談があります。

多くの場合、相手の情報はSNSのアカウントとニックネームだけで、住所・氏名・電話番号などは一切分かりません。名前を名乗らない相手に大金を渡すというのは、道を歩いていて声を掛けてきた知らない人にお金を渡すことに等しい行為です。そして、渡したお金を全て取り戻すことはほぼ不可能です。契約や支払いの前に今一度じっくり考え、契約後でも不安な場合は早めにご相談ください。

相談受付日時 ☎ 消費生活センター ☎7185-0999 平日、第2・4土曜日 午前10時～午後5時30分 アビイフオーレ2階(イトーヨーカドー我孫子南口店)