最新の市政情報は、ホームページやSNSでご覧になれます。

9月は健康増進普及月間 健康チェックイベント

歯磨き圧・血圧測定など
日時 9月6日(金)10～12時
9月4～13日＝健康に関するパネル展
場所 市役所
血管年齢測定、健康相談など
日時 9月14日(土)10～18時30分
場所 イオンモール堺鉄砲町(七道駅前)
詳しくは市HP(QRコード)参照

問 健康推進課
(☎222-9936　FAX228-7943)

9月24～30日は結核予防週間

結核は過去の病気ではありません。無料の結核検診を受けましょう。
対象 40歳以上
日程・申込方法など詳しくは堺市けんしん総合サイトか保健センター(☎FAX区版1ページ)へ

問 感染症対策課
(☎222-9933　FAX222-9876)

精神保健福祉士による こころの健康講座

テーマ 地域で安心して暮らせるために　～何が必要？　地域での相談支援体制整備　支援が必要な人に支援を届けるために～
講師 ことのね・萩原敦子さん
日時 9月25日(水)13時30分～16時
場所 堺市総合福祉会館(堺区南瓦町2-1)
有料 障害者手帳持参で無料
詳しくは市HP(QRコード)参照

問 精神保健課
(☎228-7062　FAX228-7943)

健康食品と上手に付き合うために

健康維持の基本は、栄養バランスのとれた食事、適度な運動、十分な休養です。健康食品はあくまでも補助的な食品です。自己判断で大量に使用せず用量を守りましょう。
詳しくは市HP(QRコード)参照

問 食品衛生課
(☎222-9925　FAX222-1406)

福　祉

堺市障害者スポーツ・レクリエーション大会　参加者募集

日時 11月3日(祝日)9時30分～14時30分(雨天中止)
場所 大泉緑地球技広場(北区金岡町128)
対象 市内在住・在勤・在学で障害のある方
要申込 9月20日までに、問や区役所地域福祉課、市(区)役所市政情報センター(コーナー)にある申込書を問へ
実施種目など詳しくは申込書参照

問 障害施策推進課
(☎228-7818　FAX228-8918)

介護予防のためのげんきあっぷ教室

指導員による筋力トレーニングなどを行います。
対象 65歳以上で、要支援・要介護認定を受けていない方
日程 10～12月
場所 各区の老人福祉センター
要申込 電話かFAX(住所・氏名・電話・FAX・年齢)で、希望される区の受付日に問へ
受付日
堺・中・西・美原区＝9月2～6日
東・南・北区＝9月9～13日

問 長寿支援課
(☎228-8347　FAX228-8918)

10～12月 健康福祉プラザで開催の教室

▷楽しく始めま書(しょ)！
対象 障害のある方
日時 10月2・16日、11月6・20日、12月4・18日10～11時30分(全6回)
▷秋の和菓子教室
日時 10月5日(土)14～15時30分
▷季節の家庭料理教室
日時 10月19日(土)10～12時
有料 要申込 9月17日まで
詳しくは同プラザHP参照

問 市民交流センター
(☎275-5017　FAX243-0330)

障害者自立支援協議会 障害当事者部会交流会

テーマ 堺でのくらしはどうですか？～自分らしく生きるために～
対象 18歳以上で身体・知的・精神の障害や難病のある方
日時 10月23日(水)14～16時
場所 ビッグ・アイ(泉ケ丘駅前)
要申込 9月2日から先着順。電話・FAX・メール(QRコード)・郵送で、氏名・住所・連絡先・障害の種別・参加時に必要な配慮事項などを問へ
詳しくは市HP参照

問 障害施策推進課
(☎228-7818　FAX228-8918)

市民向け手話講座

対象 市内在住・在勤・在学で手話を初めて学ぶ方
日程 11月～来年2月(全8回)
場所 堺市総合福祉会館(堺区南瓦町2-1)など7会場
要申込 9月3～14日に問へ
詳しくは問か健康福祉プラザHP(QRコード)参照

問 視覚・聴覚障害者センター
(☎275-5024　FAX243-2222)

10月からの堺老人福祉センター講習会の受講者を募集

対象 60歳以上の方
講習 手芸、茶道、華道、踊り(各全20回)
有料 材料費(踊りは無料)
要申込 9月10日までに直接かFAX、はがき(住所・氏名・電話番号・希望講習名を記入)で、堺老人福祉センター(〒590-0822堺区協和町3丁128-4)へ

問 同センター
(☎244-7155　FAX243-4078)

保険・年金

年金生活者支援給付金 10月から支給対象要件が一部変更

変更点 対象のうち①の合計金額
対象 ①②いずれかに該当する方
①老齢基礎年金を受給する65歳以上で次の全てに該当する
▷同一世帯全員が市・府民税非課税
▷前年の年金収入とその他の所得の合計金額が87万8,900円(10月からは、昭和31年4月1日以前生まれ＝88万7,700円、4月2日以後生まれ＝88万9,300円)以下
②障害基礎年金か遺族基礎年金を受給し、前年の所得額が472万1,000円(扶養親族がいない場合)以下
要請求 ▷年金受給中で新たに対象となる方＝日本年金機構から届く請求書を提出　▷年金を受給し始める方＝年金請求時に手続き
※給付金を受給中の方は手続き不要
詳しくは問へ

問 堺東年金事務所
(☎238-5101)か
区役所保険年金課
(☎FAX区版1ページ)

交通事故などの第三者行為は示談前に届け出を

第三者(加害者)によるけがの治療で国民健康保険を使った時は、速やかに問へ届け出てください。届け出後は、市から加害者に治療費を請求します。
詳しくは市HP(QRコード)参照

問 区役所保険年金課
(☎FAX区版1ページ)

後期高齢者医療制度　納付方法 口座振替に変更できます

対象 保険料の未納がない特別徴収の方
要申請 変更には申請受け付け後、約3カ月かかります。手続きなど詳しくは問へ

問 区役所保険年金課
(☎FAX区版1ページ)

税　金

災害や病気などで納税が困難なときは早めにご相談を

納税者が震災や風水害など天災による被害を受けた場合、自身や家族が病気やけがのため多額の出費をした場合など、特別な事情で市税の納付が困難なときは、1年間を限度とした納付時期の延長や、分割納付などの納税猶予の制度があります。詳しくは問へ

問 納税課
(☎FAX区版1ページ)

災害で被害を受けられた方へ 税金の減免が受けられます

①固定資産税・都市計画税
被災により家屋・償却資産が損傷を受け価値が減少する、土地が使用不能になるなどした場合、被災状況に応じて税額の20～100％を減免。
②個人市民税・府民税・森林環境税
納税義務者が所有する住宅や家財などが被災した場合、被害の状況などに応じて税額の12.5～100％を減免(保険金などで補てんされる金額を除く。損害金額や所得金額による制限あり)
要申請 納期限と災害の止んだ日から2月を経過した日のいずれか遅い日まで
詳しくは問へ

問 ①固定資産税課
(☎FAX区版1ページ)
②市民税課
(☎FAX区版1ページ)