

#### 年金

##### 源泉徴収票の送付

日本年金機構から年金を受給している人には、1月中旬から下旬にかけて「公的年金等の源泉徴収票」が送られます。この源泉徴収票は、確定申告をする際に必要になります。

##### 「源泉徴収票が届かない場合」

1月末までに源泉徴収票が届かなかったり、紛失したりした場合は、ねんきんダイヤルに電話をするか、年金事務所にお問い合わせください。

##### 「源泉徴収票を送られない人」

遺族年金や障害年金には税金が掛からないため源泉徴収票は送付されません。

▼問合先 太田年金事務所 49-3716、ねんきんダイヤル 0570-051165(ナビダイヤル)

※050から始まる電話でかける場合は 03-6700-1165 をご利用ください。

##### 控除証明書の専用ダイヤル

国民年金の保険料納付額は、確定申告の際に社会保険料控除の対象となります。

令和2年1月から令和2年9月30日までの間に国民年金保険料を納付した人へ「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」を11月中に送付しています。なお、10月1日以降に初めて納付し

た人には、令和3年2月に送付されます。届かない人はお問い合わせください。

##### ▼受付期限 3月15日◎

▼問合先 太田年金事務所 49-3716、ねんきん加入者ダイヤル 0570-0031004(ナビダイヤル)

##### イオン銀行も口座振替可能

インターネット銀行のイオン銀行でも、国民年金保険料の口座振替の取り扱いを行っています。国民年金保険料の口座振替の受け付けは、届け印が「印鑑」または「サイン(署名)によるもの」に限り可能です。

※サイン(署名)で口座開設した場合、国民年金保険料口座振替納付(変更)申出書の被保険者氏名や口座名義人が自署であっても、届け印欄にはサイン(署名)が必要です。

▼問合先 太田年金事務所 49-3716

#### 税金

##### 今月の納税

▼納期限 国民健康保険税(7期) 2月1日◎  
介護保険料(7期) 2月1日◎  
後期高齢者医療保険料(7期) 2月1日◎

#### 子ども

##### ひとり親世帯臨時給付金

ひとり親世帯を支援するため、給付金を支給しています。まだ申請をしていない人は申請してください。

##### 「基本給付」

▼対象(次の①②のいずれかに該当する人) ①公的年金などを受給し、令和2年6月分の児童扶養手当の支給が全額停止した ②新型コロナウイルス感染症の影響で収入が児童扶養手当を受給している人と同じ水準になった

##### 「追加給付」

▼対象 基本給付の対象となる①の人または令和2年6月の児童扶養手当を受給した人で、新型コロナウイルス感染症の影響で収入が減少した人

▼給付額 1世帯5万円  
▼申請期限 2月26日◎

▼申請方法 役場子ども支援課に直接または郵送で申請する

#### ふれあい保育

2月の予定 [9:00~12:00] ※予定は変更になることがあります。



|   |               |
|---|---------------|
| 1日月・4日(休)                                     | まめまき          |
| 8日(休)   | ふれあい遊び        |
| 15日(休)・18日(休)                                 | 誕生会           |
| 22日(休)・25日(休)                                 | 季節の製作         |
| 2日(休)・3日(休)・9日(休)・10日(休)・16日(休)・17日(休)・24日(休) | のびのび遊ぶ自由時間が中心 |
| 5日(休)・12日(休)・19日(休)・26日(休)                    | サークル活動支援・開放日  |

☆子育てに関する電話相談、来園相談も受け付けています。

【火・水・金曜日】0歳~就学前の子どもと保護者

【月曜日】0歳~1歳の子どもと保護者 【木曜日】2歳以上の子どもと保護者

▶問合先 子育て支援センター(中野幼稚園内) 88-4808(9:00~15:00)

#### 子育て支援室

子育て中のお母さん、これからお母さんになる妊婦さん、支援室に遊びに来ませんか。風の子保育園子育て支援室では、赤ちゃん体操や親子遊び、リズムや園庭遊び、そしてお散歩や園外遊びを親子で楽しんでいます。また、子育ての悩みや疑問を出し合える時間も大切にしています。きっと子育ての参考になりますよ。ぜひどうぞ!

| 曜 | 対象年齢                            |
|---|---------------------------------|
| 月 | 自由開放日 ※年齢を問わず自由に利用できます。         |
| 火 | 1歳児 ※平成30年4月2日~平成31年4月1日生まれの子ども |
| 水 | 0歳児(後期) ※平成31年4月2日~はい出した赤ちゃん    |
| 木 | 0歳児(前期)・妊婦さん ※生後3か月~まだはわない赤ちゃん  |
| 金 | 2歳児 ※平成29年4月2日~平成30年4月1日生まれの子ども |

☆子育てに関する電話相談、来園相談も受け付けています。受付時間は12:30~14:00です。

▶申込・問合先 風の子保育園子育て支援室 88-7655(9:00~14:00)

#### 健康

##### シニア元気教室

高齢期のフレイル予防に関する講話や、口腔ケアに関する教室を開催します。

▼期日 1月27日◎  
▼時間 午前9時~11時  
▼会場 保健センター  
▼対象 フレイル予防や口腔ケアに興味のある人

▼内容 保健師・管理栄養士による講話、歯科衛生士による口腔ケア

▼持ち物 筆記用具、歯ブラシ、コップ、手鏡

▼定員 15人(先着順)

▼参加費 無料

▼申込方法 電話で申し込む

▼申込開始 1月15日◎

▼申込・問合先 保健センター 88-5533

#### 相談

##### エイズ相談(HIV抗体検査)

エイズとはHIV(ヒト免疫不全ウイルス)に感染して起こる病気です。エイズに関してのさまざまな相談やHIV抗体検査(血液検査)を行います。

#### 定例相談

##### 法律相談(要予約・定員8人)

1月16日(土)・神谷弁護士  
2月20日(土)・相澤弁護士  
午後1時20分~4時  
※電話相談になります。  
役場住民課 47-5017

##### 人権・行政相談(電話予約可)

2月4日(木)・午後1時30分~4時  
3月11日(木)・午後1時30分~4時  
関根・青葉・佐野・福島・齊藤相談員  
※電話相談も受け付けます。  
役場住民課 47-5017

##### 女性のための法律相談(要予約)

1月20日(水)午後1時~2時30分  
定員3人、邑楽町役場  
2月20日(土)・午後3時~5時  
定員4人、J.M.コスト千代田町「サ」  
※電話相談になります。  
役場住民課 47-5017

##### 福祉相談(専用電話)

月~金曜日(祝日除く)  
午前9時~午後4時  
社会福祉協議会 88-7620

##### 消費生活相談

平日・午前9時~午後4時30分  
町消費生活センター 47-5047

##### 交通事故相談

平日・午前9時~午後4時  
県交通事故相談所 027-243-2511

##### 青年キャリア相談

2月6日(土)・午後6時~8時  
高島公民館 89-1501

##### 年金相談(要予約)

1月21日(水)・2月18日(木)  
午前9時30分~午後3時30分  
館林市役所保険年金課 47-5139

##### ストレス・こころの相談(要予約)

1月20日(水)・2月3日(水)・午後1時~3時  
館林保健福祉事務所 72-3230

##### 子育てこころの相談(要予約)

1月27日(水)・午前9時~11時  
館林保健福祉事務所 72-3230

##### ふれあい相談会(神経難病生活支援相談会)

2月10日(水)・午後1時15分~3時30分  
※初めての参加者は電話予約が必要。  
館林保健福祉事務所 72-3230

#### 学習支援

##### 英語力向上「イースター体験」

英語力と学習意欲の向上を目的に、イースターイベントを開催します。

▼日時 2月20日◎午前9時~正午  
▼会場 役場2階201会議室  
▼対象 町内在住の小学3年生~中学1年生

▼内容 英語・日本語が話せる多国籍のALTと交流しながら、イースターを体験する

▼定員・参加費 15人(先着順)・500円

▼申込方法 町の電子申請から申し込む

▼申込開始 1月15日◎

▼申込・問合先 町教育委員会学校教育課 47-5042



# 人は口から衰える!? Oral frailty オーラルフレイル



オーラルフレイルとは、歯の喪失や食べる、話すといった口の機能が弱ることで、フレイル(全身の機能が低下すること)や要介護状態にすすむ要因の1つともいわれています。

噛めない  
起こる  
負の連鎖

噛めない



噛む機能  
低下

やわらかい  
ものばかり  
食べる

「噛めないのは歳のせい」と諦めず、いつまでも元気で、おいしく食べられるように、以下のポイントを実践しましょう。

- ①毎食後の歯みがきをしよう!
  - ②定期的に歯科健診へ行こう!
  - ③むせを防ぐ「パ・タ・カ・ラ体操」をしよう!
- ▶問合先 保健センター ☎88-5533

詳しくは、群馬県歯科口腔保健対策のページを確認してください!



## 1月・2月の健康カレンダー

▶会場・問合先 保健センター ☎88-5533

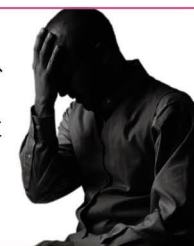
| 月日      | 種目        | 受付時間          | 対象                |
|---------|-----------|---------------|-------------------|
| 1/18(月) | 健康相談      | 午前10:00~11:30 | 健康上の悩みや疑問のある人     |
| 22(金)   | 離乳食相談(後期) | 午前 9:30~10:00 | 生後8か月~1歳1か月までの乳幼児 |
| 22(金)   | 2歳児歯科健診   | 午後 1:00~ 1:15 | 平成30年12月生まれの幼児    |
| 25(月)   | 健康相談      | 午前10:00~11:30 | 健康上の悩みや疑問のある人     |
| 26(火)   | 4か月児健診    | 午後 1:00~ 1:15 | 令和2年9月生まれの乳児      |
| 28(木)   | 子育て相談     | 予約制           | 幼児(希望者)           |
| 2/1(月)  | 健康相談      | 午前10:00~11:30 | 健康上の悩みや疑問のある人     |
| 3(水)    | 両親学級(2日目) | 午前 9:15~ 9:30 | 妊婦または妊婦とその夫       |
| 3(水)    | 3歳児健診     | 午後 1:00~ 1:15 | 平成29年10月生まれの幼児    |
| 4(木)    | ことばの相談    | 予約制           | 幼児(希望者)           |
| 8(月)    | 健康相談      | 午前10:00~11:30 | 健康上の悩みや疑問のある人     |
| 10(水)   | 8か月児健診    | 午後 1:00~ 1:15 | 令和2年5月生まれの乳児      |
| 12(金)   | 離乳食相談(前期) | 午前 9:30~10:00 | 生後4か月~7か月までの乳児    |
| 12(金)   | 1歳6か月児健診  | 午後 1:00~ 1:15 | 令和元年7月生まれの幼児      |

寒い冬に必要な  
**心筋梗塞・脳梗塞**  
に**注意**

**ヒートショック**  
暖かい場所から寒い場所へ  
行くと、血圧は急上昇。  
心筋梗塞や脳梗塞の原因に



こんな場面に  
要注意



## 人口の動き

世帯数 10,393世帯 (+ 8)  
男 13,260人 (-18)  
女 12,932人 (-9)  
計 26,192人 (-27)  
内外国人 774人 (+ 8)  
※12月1日現在(前月比)

## 火災と救急

火災発件数 0件( 8)  
交通事故出動 5件( 58)  
急病出動 51件(614)  
その他の出動 19件(182)  
救急出動合計 75件(854)  
※11月分(1月からの累計)

# TOWN INFORMATION ORA

# 情報広場

## 企業支援

### 新型コロナウイルス対策 よろず相談経営相談を延長

中小企業・小規模事業者などの経営相談窓口を開設しています。経営課題の解決や各種支援策の活用などの支援をしています。

- ▼開設日 毎週月・木曜日(祝日除く)
- ▼開設時間 午前9時~午後5時  
※正午~午後1時は除く。
- ▼開設期間 1月7日④~3月25日④
- ▼会場 役場商工振興課
- ▼内容 国の各種施策の説明、経営課題相談、制度融資関係の相談など
- ▼対象 町内にある中小企業や小規模事業者など
- ▼相談員 中小企業診断士や行政書士
- ▼申込・問合先 役場商工振興課 ☎47-5026

## 就労

### 知って得する! 転職・就職支援セミナー

働くことに悩む若者とその家族を対象にセミナーを行います。

- ▼日時 2月6日④午前10時~11時30分
- ▼会場 中央公民館
- ▼内容 転職・就職活動のポイントや準備内容、求められる働き方など

## お知らせ

### 都市計画変更案(邑楽南地区)の縦覧を行います

地区計画(邑楽南地区)の変更案をまとめましたので、縦覧します。

- ▼縦覧案件 館林都市計画区域 地区計画の変更(邑楽南地区)
  - ▼期間 1月6日④~20日④  
※土・日曜日、祝日を除く。
  - ▼時間 午前8時30分~午後5時15分
  - ▼場所 役場都市建設課
- 意見のある人は縦覧期間中に意見書を提出することができます。意見書は縦覧場所に備え付けのもの、または必

## 自衛官募集

要事項(氏名・住所・利害関係・意見)を記入したものを直接または郵送で、縦覧場所に提出してください。

- ▼提出期限 1月20日④(必着)
- ▼問合先 役場都市建設課 ☎47-5031
- ▼自衛官候補生(任期制自衛官)
- ▼受験資格 日本国籍を有し、18歳以上33歳未満の人
- ▼試験日 1月24日④、2月13日④
- ▼試験会場 ①新町駐屯地(高崎市新町)②相馬原駐屯地(榛東村)
- ▼受付期間 各試験定員(40人)になり次第締め切り
- ▼申込・問合先 自衛隊群馬地方協力本部太田出張所 ☎33-7305

## 募集

### 永年勤続優良従業員などの表彰

町内中小企業の功労者や永年勤続優良従業員の表彰を行います。表彰式は3月中旬を予定しています。

- ▼対象 町内中小企業に勤務し、産業の発展に貢献し、その功績が顕著な人
- ※功労を証明する書類の提出が必要。
- ▼永年勤続優良従業員表彰
- ▼対象 町内の中小企業に勤務し、同一事業所に10年・20年・30年・40年以上勤務している人
- ※役員、理事者(使用者)は表彰対象外。
- ▼費用 1人につき2,000円(事業主負担)
- ▼申込方法 申込用紙に必要事項を書いて申し込む
- ▼申込締切 1月29日④
- ▼申込・問合先 町商工会 ☎88-0008、2、役場商工振興課 ☎47-5026

## 2月の休日当番医

◇診療時間 内科・外科/午前9時~午後5時 耳鼻科/午前9時~午後1時 歯科/午前9時~正午(受付は午前11時30分まで)  
◇救急病院の問合先 救急テレホン ☎73-5699 ※必ず電話してから保険証をお持ちになって受診してください。

|        | 外科系                                | 邑楽郡 (内科系)                                | 館林市 (内科系)                      | 耳鼻科                                 | 歯科                               |
|--------|------------------------------------|--|--------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------|
| 7日(日)  | 澤田皮膚外科<br>館林市新宿<br>☎70-7703        | 小児科おぎわらクリニック<br>(小児科のみ)<br>大泉町坂田☎61-1133 | さくま内科胃腸科<br>松原<br>☎55-2500     | 今村クリニック<br>篠塚<br>☎70-2221           | 歯科保健医療センター<br>館林市苗木町<br>☎73-8818 |
| 11日(木) | 慶友整形外科病院<br>館林市赤生田町<br>☎49-9000    | おうら病院<br>篠塚<br>☎88-5678                  | 阿部医院<br>大泉町吉田<br>☎62-5428      | 星野こどもクリニック<br>(小児科のみ)<br>楠町☎70-7200 | 歯科保健医療センター<br>館林市苗木町<br>☎73-8818 |
| 14日(日) | 堀井乳腺外科クリニック<br>館林市北成島町<br>☎55-2100 | 須田内科医院<br>大泉町仙石<br>☎63-1414              | 多々良診療所<br>西高根町<br>☎72-3060     |                                     | 歯科保健医療センター<br>館林市苗木町<br>☎73-8818 |
| 21日(日) | 館林医院<br>館林市西本町<br>☎74-2112         | 金丸内科医院<br>狸塚<br>☎88-3200                 | はまだクリニック<br>赤土町<br>☎80-1100    | 板倉耳鼻咽喉科<br>板倉町海老瀬<br>☎80-4333       | 歯科保健医療センター<br>館林市苗木町<br>☎73-8818 |
| 23日(火) | 田沼整形外科医院<br>中野<br>☎88-9223         | たなか医院<br>大泉町住吉<br>☎62-2881               | 小西医院<br>千代田町赤岩西<br>☎86-2261    | 長谷川クリニック<br>松原<br>☎80-3311          | 歯科保健医療センター<br>館林市苗木町<br>☎73-8818 |
| 28日(日) | 真中医院<br>館林市本町<br>☎72-1630          | 竹越医院<br>明和町新里<br>☎84-3137                | 県西在宅クリニック館林<br>新栄町<br>☎55-3818 |                                     | 歯科保健医療センター<br>館林市苗木町<br>☎73-8818 |

群馬県保険医協会 1月の健康テレホンサービス(☎027-234-4970)▶電話をすると3分間の健康講話が聞けます

|   |                  |             |            |
|---|------------------|-------------|------------|
| 直接相談タイム(医師が相談や質問にお答えします)<br>日時 歯科……2月10日④午後7時30分~9時 | ❶ 寒い時期のウォーキング    | ❷ 急性胃炎と慢性胃炎 | ❸ 大人虫歯とは   |
|   | ❹ 食後すぐのブラッシングはNG | ❺ いびきがひどい   | ❻ 唾の神秘とパワー |