

## 胃がん・乳がん・子宮頸がん・骨粗しょう症検診日程～完全予約制～

問 健康推進課 ☎ 32 - 3000

下記の日程で検診を実施します。予約の期間は終了しましたが、空き状況によってはまだご案内が可能です。希望される方は健康推進課までご連絡ください。

### 胃がん検診

- ▷対象年齢 今年度40歳以上になる方 ▷検診料金 1,500円 ※50歳代と70歳以上は無料です。
- ▷受付時間 7:00～9:45

検診日	会場
6月16日(火)、17日(水)、18日(木)、19日(金)、22日(月)	スマイル
6月1日(月)、2日(火)、3日(水)、4日(木)	象潟保健センター
5月27日(水)、28日(木)、29日(金)	金浦保健センター

### 乳がん・子宮頸がん検診

- 《乳がん》
- ▷対象年齢 今年度40歳以上の偶数年齢の女性
  - ▷検診料金 40～44歳は1,500円、46～48歳は3,000円、50～68歳は2,000円（70歳以上は無料）
- 《子宮頸がん》
- ▷対象年齢 ①今年度20～40歳の女性  
②今年度42歳以上の偶数年齢の女性
  - ▷検診料金 20～34歳は1,500円、35～40歳は3,500円、42～68歳は3,000円（70歳以上は無料）

検診日	会場
6月17日(水)、19日(金)、22日(月)	スマイル
6月3日(水)、4日(木)	象潟保健センター
5月29日(金)	金浦保健センター

※受付時間は両検診とも12:00から13:00までです。

### 骨粗しょう症検診

- ▷対象年齢 今年度40、45、50、55、60、65、70歳になる女性
- ▷検診料金 1,000円（70歳は無料）
- ▷受付時間 12:00～13:00

検診日	会場
6月19日(金)	スマイル
6月3日(水)	象潟保健センター
5月29日(金)	金浦保健センター



## 「介護予防ボランティア 活動ポイント・参加ポイント」のお知らせ

問 地域包括支援センター ☎ 32 - 3045

元気な高齢者の社会参加や生きがいづくりを支援し、自らの介護予防に役立ててもらおうとともに、地域の中での高齢者のボランティア活動を支援します。介護施設等でのボランティア活動をすることで「ポイント」を貯め、地域共通商品券に交換できます。

※昨年度までの「介護予防ボランティア活動ポイント・参加ポイント事業」の内容を変更しています。

### 《利用の流れ》

- ▷登録方法 ①介護予防ボランティアポイント登録講習会に参加します。  
②本人の申し出により申請書を提出。「ポイントカード」を交付します。
- ▷活動場所 対象となる介護施設でのボランティア活動を行います。
- ▷ポイント付与 1日2時間以上の活動で1ポイント付与し、ポイントカードにはんこをもらいます。
- ▷報告 10ポイント貯まったら地域包括支援センターに「ポイントカード」を提出。後日、1,000円分の地域共通商品券をお渡しします。（年間上限10ポイント・1,000円分まで）

### 《利用対象者》

- 次のいずれにも該当する方
- ①65歳以上の方
  - ②介護予防ボランティア登録講習会を受講した方。
  - ③疾病または負傷のため入院治療を受けていない方。
  - ④要介護認定および要支援認定を受けていない方。

※詳しくは地域包括支援センターまで問い合わせください。

### 《介護予防ボランティアポイント登録講習会》

- どちらかの講習会に参加してください。
- ▷日時 ①5月13日(水)・14:00～  
②5月18日(月)・14:00～
  - ▷場所 エスパーク★にかほ
  - ▷定員 50人
  - ▷申込先 地域包括支援センター

## 国民年金

問 本荘年金事務所 ☎ 24 - 1111  
市民課 国保年金班 ☎ 32 - 3032

### 令和8年度の保険料

令和8年4月から令和9年3月までの国民年金保険料は17,920円（月額）です。

国民年金は、老後の生活保障だけでなく、万が一の病気や怪我、死亡の場合にあなたや家族の生活の支えとなります。保険料は忘れることなく納めましょう。

### 納め忘れはありませんか？

国民年金保険料の納め忘れがあると、将来受け取る年金が、生涯にわたり減額されます。

保険料は、納付期限を過ぎても2年間はさかのぼって納付することができます。納付書を紛失された場合は、年金事務所へお問い合わせください。

### 年金額を増やしたい方へ

国民年金第一号被保険者の方は、希望により付加保険料を納め、年金額を増やすことができます。

月々の定額保険料に付加保険料（400円）をプラスして納めると65歳から受け取る老齢基礎年金に付加年金が上乗せされます。付加年金の年間受け取り額は〈200円×付加保険料納付月数〉となります。

付加納付を希望される方は、市役所または年金事務所へお申し出ください。

### こんなときには必ず届出を！

国民年金の加入の仕方が変わるときには、その都度届出が必要となります。

20歳になったとき（厚生年金・共済組合の加入者を除く）や会社を退職したとき、配偶者の扶養からはずれたときなどには、市役所窓口へ届出してください。

届出を忘れ、国民年金未加入になると、将来受け取る年金が少なくなったり、年金を受けられなくなったりする場合があります。

## 福祉医療(マル福)を受給している方へ

問 市民課 ☎ 32 - 3032

マイナ保険証の利用登録をしていて、福祉医療費受給者証（マル福）をお持ちの方は、4月1日よりマイナ保険証1枚でPMH<sup>※</sup>（自治体・医療機関等をつなぐ情報連携システム）に対応している医療機関・薬局を受診できるようになりました。（紙の受給者証の提示が不要になります）

受給者証の交付を直ちに廃止するものではありませんので、従来どおり紙の受給者証による受診もできます。

※にかほ市では、この制度に4月1日から参加し、マイナ保険証1枚で受診可能となりました。医療機関・薬局によって対応時期が異なります。受診する医療機関・薬局で利用できるかどうかは医療機関・薬局にご確認ください。

## 市営住宅等入居者募集

問 建設課 ☎ 38 - 4307

- ▷申込 申請書に必要書類（申請者・同居人の所得・納税証明書、住民票謄本等）を添付して提出
- ▷申込期限 5月15日(金)
- ▷家賃 14,000円～55,000円（入居する住宅や世帯収入・人数によって変動）
- ▷敷金 決定した家賃の3カ月分  
※入居資格等の詳細は問い合わせください。

### 市営住宅松ヶ丘（象潟：鉄筋3階または2階）18戸

H 5年築…2LDK	1階1戸 2階1戸 3階3戸
H 7年築…2LDK	2階1戸 3階1戸
H 8年築…2LDK	1階2戸 3階1戸
H 10年築…1LDK	1階1戸 2階1戸
	2LDK 2階1戸
H 14年築…1LDK	2階1戸 2LDK 3階2戸

### 市営住宅建石（象潟：鉄筋3階）9戸

S 55年築…2LDK	2階2戸 3階1戸
S 56年築…2LDK	1階1戸 3階1戸
S 57年築…2LDK	3階1戸
S 59年築…2LDK	2階2戸
S 60年築…2LDK	3階1戸

### 市営住宅さくら（仁賀保：鉄筋3階）4戸

S 63年築…2LDK	1階1戸 3階3戸
-------------	--------------

### 市営住宅はまなす（仁賀保：鉄筋2階）1戸

H 1年築…2LDKメゾネット式	1戸
------------------	----

### 特定住宅つばき（仁賀保：木造2階建）2戸

H 7年築…4LDK	2戸
------------	----

## 若者支援住宅 入居者募集

問 建設課 ☎ 38 - 4307

- ▷所在地 平沢字行ヒ森31-2 (TSUGUBA東側)
- ▷募集住宅 A棟 1LDK・2LDK  
B棟 1LDK・2LDK
- ▷対象年齢 18歳から39歳まで
- ▷敷金 家賃の3カ月分



※募集の詳細・申し込みは2次元コード「朝日レジデンシャル(株)入居者募集サイト」をご確認ください。

部屋タイプ	家賃	減額後家賃(※)
1LDK(単身世帯向け)	50,000円	40,000円
2LDK(少人数世帯向け)	60,000円	48,000円

※減額の対象は30歳未満の世帯で家賃の10分の2（最大5年間）