

保健センター教室・相談

乳幼児健康相談

管理栄養士・保健師・看護師が子育てについての相談をお受けします。

日時・場所

- 8月1日(水)
午前9時30分～11時30分
大田原保健センター
- 8月3日(金)
午前10時～11時30分
黒羽保健センター

内容

身長と体重測定、育児相談

持ち物

母子健康手帳

問い合わせ

子ども幸福課母子健康係

TEL (23) 8634

もぐもぐごつくん教室

5カ月～離乳食完了期を対象とした離乳食の進め方・調理法を学ぶ教室です。

※事前に電話予約が必要です。

日時

● 8月2日(木)
午前10時～11時30分

場所

大田原保健センター

内容

講話、実習(デモンストラーション)

持ち物

母子健康手帳

問い合わせ

子ども幸福課母子健康係
TEL (23) 8634

ためして運動塾

運動習慣のきっかけづくりや、生



活習慣病の予防のための運動教室です。

日時

● 8月1日(水)
午前9時15分～11時30分

場所

黒羽保健センター

内容

ヨガ(講師の運動指導)
※ヨガマットまたは大きめのバスタオルがある方はお持ちください。

問い合わせ

健康政策課成人健康係

TEL (23) 7601

栃木県シルバー大学校 北校学校祭

日時

● 8月4日(土)～5日(日)
午前10時～午後3時

※内容により時間は異なります。

場所

栃木県シルバー大学校北校
(矢板市矢板54)

内容

学習成果発表(4日)、演芸発表(5日)、作品展示、バザー、そば打ち実演(5日)、パソコン体験など。

※子どもからご年配の方まで楽しめる内容です。詳細は左記までお問い合わせください。

問い合わせ

栃木県シルバー大学校北校
TEL 0287(43)9010

福祉サービスの苦情や相談は 栃木県運営適正化委員会へ

利用している福祉サービスが、事前に説明された内容や契約内容と違っていたり、職員の言動に傷つけ

られたりなど、サービスの内容に疑問や不満を感じていることはありませんか。

栃木県運営適正化委員会は、福祉サービスの苦情を解決するため、利用者や家族などからの苦情や相談を受け、事業所への調査や話し合いによるあっせんなどを行っています。

相談内容例

- 約束したはずのサービスが受けられない
- 支援の仕方が乱暴。職員の言動に傷つけられた
- もう少しプライバシーを守ってほしい

しい など

● **相談方法** 電話や来所のほか、文書やメールでも受け付けています。

● **相談料など** 無料

● **その他** 秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。

相談先・問い合わせ

栃木県運営適正化委員会

〒320-8508

宇都宮市若草1-10-6

とちぎ福祉プラザ内

TEL 028(622)2941

FAX 028(622)2316

✉ asu.sw@dream.ocn.ne.jp

国民年金からのお知らせ

国民年金保険料免除等の申請について

経済的な理由などで国民年金保険料を納付することが困難な場合には、申請により保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「若年者(30歳未満)納付猶予制度」があります。

保険料の免除や猶予を受けず保険料が納め忘れの状態、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金・遺族基礎年金が受けられない場合があります。

手続きは、住民登録をしている市区役所・町村役場の国民年金担当窓口へ申請することになります。申請書は、年金事務所または市区役所・町村役場の国民年金担当窓口へ備え付けてあります。

平成24年度の免除等の受付は平成24年7月1日から開始され、平成24年7月から平成25年6月までの期間を対象として審査します。また、申請は原則として毎年度必要です。

ただし、平成24年7月に申請する場合は、平成23年7月から平成24年6月分までの期間(前1年間分)についても申請することができます。7月に前1年間分の免除なども申請される場合は、申請書を2枚提出してください。

問い合わせ

大田原年金事務所 TEL (22)6313
市国保年金課国民年金係 TEL (23)8928