

体力づくり実技研修会
参加者募集

●日時：11月10日(火)

午後1時30分～3時

(受付：午後1時)

●場所：県立東北体育館サブアリーナ

●内容：「歩いていない人も必見！ウォーキングで太りにくい身体を手に入れよう！」(心も身体も健康になるためのウォーキング法について実践を交えながらの講座)

●講師：園原 健弘 先生

(ハルセロナ五輪50km競歩代表)



※体育館シューズを持参の上、動きやすい服装でご参加ください。

●定員：100名(申込先着順)

●参加費：無料

●参加申込：10月13日(火)から左記へ電話で申し込み。

(1人2名まで申込可)

●主催：大田原市健康長寿都市推進委員会

●問申健康政策課 東1階

TEL (23) 8704



集団健康診査 11月の日程

問健康政策課 東1階 TEL (23) 7601

日にち	場所	対象地区
★ 11月5日(木)	生涯学習センター	原町
★ 11月12日(木)	金田北地区公民館	全地区
★ 11月25日(水)	黒羽保健センター	全地区
★ 11月27日(金)	生涯学習センター	全地区

【女性のみの日程】

日にち	場所	対象地区
11月7日(土)	黒羽保健センター	全地区 (女性のみ)
★ 11月8日(日)	大田原東地区公民館	
11月19日(木)	大田原東地区公民館	
11月21日(土)	大田原東地区公民館	
11月29日(日)	大田原東地区公民館	

★…空きがあるため、対象地区外の方でもお申し込みいただけます。
※ 11月8日(日)は、新しく追加した日程です。

●受付時間…午前8時～10時
※予約人数によって受付開始時間の変更になることがあります。

集団健診の申し込みをされている方には、受診予定日の2週間前頃までに受診の案内を郵送します。医療機関健診を申し込みの方については、随時郵送します。

●「特定健康診査」または「後期高齢者健診」を受診する方は、「保険証」と「特定健康診査受診券」をご持参ください。

●市の健診は、1年に1回の受診です。市民健康診査および国民健康保険の人間ドック・脳ドックで受診した項目は、重複して受診できません。これから新たに受診を希望する場合や受診日を変更する場合は、健康政策課までご連絡ください。

東日本大震災で避難されている方の集団健診

市内に避難されている方が現在の健康状態を確認できるよう、市内で実施している集団健診を受診することができます。ご希望の方はぜひお申し込みください。詳しくはお問い合わせください。

10月は『がん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン月間』です。

年金・国保



葬祭費の申請はお済みですか

大田原市国民健康保険および栃木県後期高齢者医療の加入者が死亡したとき、その葬祭を行った方に葬祭費が支給されます。

●支給額：5万円

●申請に必要なもの

▼喪主の方の印かん

▼喪主名義の預金通帳

▼会葬礼状など喪主の確認ができるもの

▼運転免許証など窓口に来た方の確認ができるもの

●時効：葬祭から2年が経過すると、申請ができなくなります。

※大田原市国民健康保険および栃木県後期高齢者医療以外に加入されていた方は、加入していた健康保険にご確認ください。

問《大田原市国民健康保険の方》国保年金課医療助成係

TEL (23) 8792

問《栃木県後期高齢者医療の方》国保年金課国保医療係

TEL (23) 8857

国民年金保険料「5年の後納制度」開始

平成24年10月から始まった10年後納制度が、平成27年9月で終了しましたが、平成27年10月1日から、過去5年以内に納め忘れた国民年金保険料を納付することで、将来の年金額を増やすことができます。「後納制度」が3年間限りの特例として開始されました。

なお、老齢基礎年金を受給している方などは、後納制度の利用はできません。後納制度を利用するには、申し込みが必要です。詳細は左記へお問い合わせください。

問国民年金保険料専用ダイヤル

TEL 0570(011)050

問大田原年金事務所

TEL (22) 6311



10月19日～25日は行政相談週間です

相談日は、広報23ページの各種相談をご覧ください。

問情報政策課 A2階

TEL (23) 8700

A 仮設庁舎A棟「政策・せいかつ館」 **B** 仮設庁舎B棟「税・まちづくり館」 **東** 東別館「安心・しあわせ館」

各種相談

※開催日時は、10月15日(木)～11月14日(土)の期間のものを掲載しています。

相談	日時	場所	問い合わせ
総合行政 相談	大田原地区 10月26日(月) 10:00～15:00	大田原市福祉センター	市情報政策課 A 2階 TEL(23)8700
	黒羽地区 11月10日(火) 9:30～12:00	黒羽・川西地区公民館	
	湯津上地区 11月4日(水) 13:00～16:00	佐良土多目的交流センター	
相人 談権	大田原地区 10月19日(月) 9:30～12:00	大田原市福祉センター	市総務課 A 2階 TEL(23)1111
	黒羽地区 11月10日(火) 9:30～12:00	黒羽・川西地区公民館	
	湯津上地区 11月4日(水) 13:00～16:00	佐良土多目的交流センター	
心配ごと 相談	大田原地区 毎週金曜 9:00～12:00	大田原市福祉センター	市社会福祉協議会 TEL(23)1130
	湯津上地区 毎月第1水曜 13:00～16:00	佐良土多目的交流センター	// 湯津上支所 TEL(98)3715
	黒羽地区 毎月第1・3木曜 9:00～12:00	社会福祉協議会黒羽支所	// 黒羽支所 TEL(54)1849
広域無料法律相談 (要予約)	毎月第2木曜 13:30～ (予約は第1木曜から受け付けます)	トコトコ大田原3階 市民交流センター	市総務課 A 2階 TEL(23)1111
市民無料法律相談 (要予約)	毎月第4水曜 13:30～ (予約は第3水曜から受け付けます)	大田原市福祉センター	市総務課 A 2階 TEL(23)1111
公正証書(法律)無料相談 (要予約)	毎月第4水曜 10:00～12:00 13:00～16:00	大田原公証役場	大田原公証役場 TEL(23)0666
栃木県交通事故相談	毎週水・金曜 9:00～11:30 13:00～15:30 (年末年始・祝日を除く)	栃木県庁那須庁舎 那須県民相談室	交通事故相談用電話 TEL(23)1556
不動産無料相談会 (要予約)	10月23日(金) 13:30～15:30 11月4日(水)	不動産会館県北支部 (黒磯文化会館前)	(公社)宅建協会県北支部 TEL0287(62)6677
自殺予防いのちの電話 フリーダイヤル	毎月10日8:00～11日8:00	—	フリーダイヤル TEL0120(738)556
子育てに関する相談 DV・離婚に関する相談	月～金 (祝日を除く) 8:30～16:00	子育て相談室 (市役所東別館1階)	市子ども幸福課 東 1階 TEL(24)0112
働く人のメンタルヘルス相談	毎月第3水曜 13:30～16:30 (土・日を除く3日前までに予約)	大田原労政事務所 (栃木県那須庁舎1階)	大田原労政事務所 TEL(22)4158
とちぎジョブモール巡回相談	毎月第1木曜 セミナー 10:30～/相談 13:00～ (前日17:00までに予約)	栃木県那須庁舎 第三会議室	
生活困窮者の支援制度	月～金 8:30～17:15 (年末年始・祝日を除く)	市社会福祉協議会 (浅香3-3578-17)	市社会福祉協議会 TEL(23)1130
■こころの病を理解するための家族教室		■三士会法の日 無料相談会	
●日時…10月26日(月) 午後1時30分～3時30分		●日時…11月1日(日) 午前10時～午後3時	
●場所…県北健康福祉センター(住吉町2-14-9)		●場所…那須塩原市いきいきふれあいセンター	
●内容…講話:こころの病気を知ろう～統合失調症について～		●内容…土地家屋調査士・司法書士・行政書士が相談に応じます。相談の事前予約は不要です。相談内容に関する資料がある場合はお持ちください。	
●助言者…精神保健福祉センター医師			
●対象…統合失調症・うつ病など、心の病をもつ方の家族			
問 県北健康福祉センター TEL(22)2259		問 栃木県行政書士会事務局 TEL028(635)1411	

消費生活センター情報

訪問購入でトラブルが多発しています。売る前にもう一度考えましょう!

☆訪問購入とは、事業者が一般消費者の自宅などへ訪問して、着物や貴金属などの物品の購入を行う取引です。

☆訪問購入にはルールがあります。

1. 事業者からの飛び込みでの勧誘ができなくなりました。また、電話でのしつこい勧誘や、買い取る品物の種類を明示しないで勧誘すること、断っているにもかかわらず再勧誘することも禁止されています。
2. 書面の交付が義務付けられています。事業者の連絡先、物品の種類や特徴、購入価格、引き渡しの拒絶やクーリング・オフ制度について記載された書面が交付されます。

3. クーリング・オフと引き渡しの拒絶。クーリング・オフ(書面交付から8日以内)は、無条件で契約の解除が可能です。クーリング・オフ期間内は、売った品物の引き渡しを拒むことができます。



※ただし、以下の物品は規制の対象となりません。自動車や家具、家電製品、本、CDやDVD、ゲームソフト類、有価証券、消費者自ら自宅での契約締結を請求した場合など

問 大田原市消費生活センター(住吉町1-9-37) TEL(23)6236 受付時間…9:00～12:00、13:00～16:00(土・日・祝日を除く)