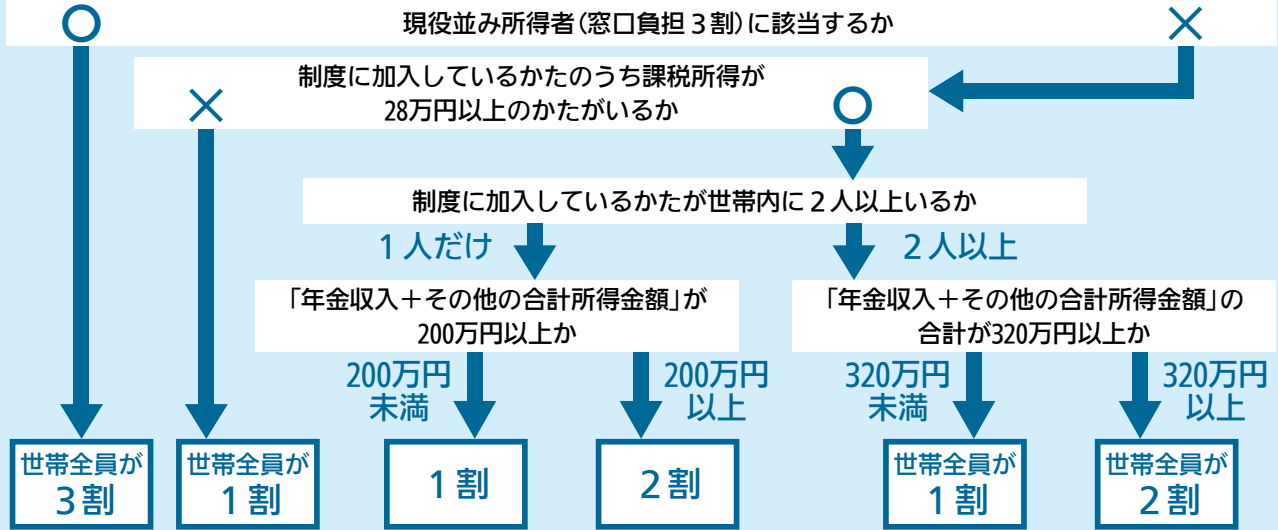


10月1日から後期高齢者医療制度に加入している 一定以上の所得のあるかたの医療費の窓口負担が変わります

一定以上の所得のあるかたは現役並み所得者（窓口負担3割）を除き、医療費の窓口負担が2割になります。対象となるかどうかは主に下記の流れで判定されます。詳細は、広報あおもり7月1日号5ページをご確認ください。



問国保医療年金課…窓口負担について(☎017-734-5493)、配慮措置について(☎017-734-5343)
浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1153)、青森県後期高齢者医療広域連合(☎017-721-3821)

各種相談

9月の専門相談

◆予約が不要な相談

- 所岡市民なんでも相談室(駅前庁舎1階) ☎017-734-5249
- 人権相談 時5日(月)・20日(火)午前10時～午後3時
- 行政相談 時1日(木)・8日(木)・15日(木)・22日(木)・29日(木)午前10時～午後3時
- 司法書士相談 時5日(月)・13日(火)午前10時～午後2時
- 不動産相談 時1日(木)・8日(木)・15日(木)・22日(木)午前10時～午後3時
- 不動産鑑定士相談 時27日(火)午後1時～3時
- 土地家屋調査士相談 時5日(月)午前10時～午後2時
- 行政書士相談 時9日(金)・16日(金)午前10時～午後3時
- ◆ 予約が必要な相談
- 法律相談 時12日(月)・26日(月)午後1時～3時
- 5人(申込順) 申生活安心課 ☎017-734-5250へ電話予約。12日分は1日から、26日分は13日から受付(午前8時30分) ※相談は1回まで

浪岡地区の相談

- 所浪岡庁舎2階 小会議室
- 人権相談・行政相談 時1日(木)・15日(木)午前9時～午後3時 問浪岡振興部健康福祉課 ☎0172-62-1113

市税などの平日夜間納付相談

- 市税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の納付に関する相談を受付。電話相談もできます。
- 平日夜間納付相談
- 納税支援課(駅前庁舎) ☎017-734-5209
- 時9月14日(水)・15日(木)・20日(火)・21日(水)・26日(月)～29日(木)午後8時まで
- 浪岡振興部納税支援課 ☎0172-62-1141
- 時9月27日(火)～30日(金)午後8時まで

教育研修センター教育相談室 フレンドリーダイヤル

- 幼児・児童・生徒に関する悩みに、電話や面接などで応じます。相談に関わる秘密は守ります。
- 電話相談 ☎017-743-3600
- 時毎日午前9時～午後9時
- 来室相談 時月～金曜日午前9時～午後4時30分(火・木)

子どもの権利相談センター

- いじめ・体罰など、子どもの権利侵害に関する相談に応じます。
- 所原則、月～金曜日(祝日を除く)午前10時～午後6時
- 所岡千030-0801 新町一丁目3-7 子どもの権利相談センター ☎0120-0137
- 0-642、☎017-763-5678、✉aokodokenri@city.aomori.aomori.jp

暮らしの中の

- 無料法律相談会
- 自殺対策の一環として無料法律相談会を実施します。
- 時9月9日(金)～15日(木) 所地域の法律事務所
- 困多重債務や離婚等、生活やこころの悩みに関する法律相談
- 申岡9月1日(木)～7日(水)(土・日曜、祝日除く午前9時～午後5時)に青森県弁護士会事務局(☎017-771-7285)へ

健康ナビ

掲載の内容は、8月8日時点の情報をもとに作成しています。イベント等は中止・延期・変更となる場合がありますので、最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

FOR YOUR HEALTH

9月10日(土)～16日(金)は自殺予防週間です

自殺は「追い込まれた末の死」と考えられており、「自殺を考えている人は悩みを抱え込みながらもSOSのサインを発している」と言われています。誰も自殺に追い込まれることのない社会を目指して、ご自身や身近な方のこの健康に関心を持ちましょう。圏保健予防課 (☎017-765-5285)

～自殺予防のためにわたしたちにできること～

- 気づき：家族や仲間の変化に気づいて、声をかける
- 傾聴：本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける
- つなぎ：早めに専門家に相談するよう促す
- 見守り：温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

こころの相談窓口

電話番号が変更になりました！

☎017-718-3434

8:30～18:00

(土・日、祝日、
年末年始を除く)



◆自殺予防週間パネル展を実施します！

📅9月9日(金)～16日(金)

📍アウガ1階エントランススペース

精神保健福祉相談

◆相談窓口

- ・保健予防課 (☎017-765-5285)
※精神保健福祉士が応じます
- ・浪岡振興部健康福祉課 (☎0172-62-1114)
※保健師、精神保健福祉士が応じます
精神保健福祉士による相談(要予約)は、
毎月第2水曜日(14:00～16:00)に実施

◆受付時間

月～金曜日(祝日を除く)

8:30～18:00

ひとりで悩まずに、
お気軽にご相談ください。



保健予防課 精神保健福祉士



おやこ食育セミナー

親子で挑戦！野菜でおいしいクッキング♪

～おいしく食べて元気な体をつくろう～

📅10月2日(日) 10:30～12:00

📍アピオあおもり 調理実習室

📍食育料理家なぎさなおこさんによる食育講座とクッキング※新型コロナウイルス感染症対策のため、持ち帰りとなります。

📍5歳～小学2年生の児童と保護者

📍12組(申込順)／無料

📍エプロン、三角巾持参

📍📅9月5日(月)～22日(木)までに、

電話であおもり親子はぐくみプラザ

(☎017-718-2984)へ



食育料理家 なぎさ なおこさん



認知症フォーラム

～認知症になっても安心して暮らせるまちへ～

📅9月25日(日) 13:00～17:00

📍男女共同参画プラザ「カダール」

📍①AV多機能ホール 14:00～16:30

中野高広さん(中野脳神経外科・総合内科クリニック 院長)による認知症についての基調講演のほか、認知機能低下を予測する実証実験の中間報告など

②研修室など 13:00～17:00

認知症カフェ体験、ロコトレ&脳トレ体験、専門職による認知症相談、認知症に関するパネル展示 など

📍①100人(申込順)

📍📅9月1日(木)～14日(水)までに、氏名・電話番号を、電話またはEメールで、高齢者支援課(☎017-734-5206、✉koreisha-shien@city.aomori.aomori.jp)へ