

社会保険料控除証明書

問 ねんきん加入者ダイヤル☎0570-003-004（050で始まる電話からは☎03-6630-2525）
市保険年金課国民年金係



令和6年に国民年金保険料を納めた方には日本年金機構から「社会保険料控除証明書」が送付されます。国民年金保険料は、所得税・住民税の申告の際、全額が社会保険料控除の対象となりますのでご利用ください。

送付時期 1月1日～9月30日納付…11月上旬まで、10月1日～12月31日納付…2月上旬
詳しくは日本年金機構ホームページ（2次元コード）をご覧ください。

高齢者スマートフォン体験会

問 高齢者支援課いきいき高齢者係

日時・会場 右表参照

対象 スマートフォンを利用していない、または使い慣れていない60歳以上の都民

定員 各グループ10人（抽選）

申し込み

11月22日までに電話☎03-6775-9480でスマートフォン普及啓発事業事務局へ（月～金曜日の午前9時～午後5時）

	1グループ（全4回）				2グループ（全4回）			
	1回目	2回目	3回目	4回目	1回目	2回目	3回目	4回目
日程	12月18日 (水)	12月25日 (水)	1月8日 (水)	1月22日 (水)	12月18日 (水)	12月25日 (水)	1月8日 (水)	1月22日 (水)
時間	午前10時～午後1時				午後2時～5時			
会場	福祉センター集会室							

★スマートフォンをお持ちでない方へ試用の申し込みを受け付けます

試用期間は最長3か月です。申し込みの際は、本人確認書類（運転免許証、マイナンバーカード、パスポート、障害者手帳、住民基本台帳カードのいずれか1つ）をご提示ください。

※希望者多数の場合は抽選

婦人がん検診（乳がん・子宮頸がん）を実施します

検診期間 乳がん…3月31日まで▷子宮頸がん…2月28日まで

対象 市内在住の女性で、令和7年4月1日までに40歳以上（子宮頸がんは20歳以上）となり、令和5年度に検診を受診していない方

検査機関

▷乳がん…東京都予防医学協会（健康センター敷地内）、新町クリニック、市立青梅総合医療センター、あきる台病院健診センター、日の出ヶ丘病院健診センター

▷子宮頸がん…下奥多摩医院、新町クリニック、林レディースクリニック、市立青梅総合医療センター

内容 乳がん…問診、マンモグラフィ検査▷子宮頸がん…問診、視診、内診、細胞診

費用 乳がん…1,000円▷子宮頸がん…500円※当日支払い

※生活保護受給者の方は免除（受給証明書を提出）

申込期間 11月15日（必着）まで

申込方法 次のいずれかの方法で健康センターへ

▷郵送…ハガキに図（右記）のとおり記入し〒198-0042 東青梅1-174-1 婦人がん検診担当へ

▷電子申請…2次元コード参照

▷直接…健康センターにある検診申込書に記入し提出

受診方法 受診票を12月中旬までに順次発送します。受診票が届いてから実施検診機関へ予約をし、受診してください。

〇〇がん検診希望
住所
氏名（ふりがな）
生年月日（和暦）
電話番号



乳がん



子宮頸がん

特定保健指導

「Let's! 健康プログラム」

問 健康センター☎23-2191

市国民健康保険で実施している特定健康診査の受診結果で、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）およびその予備群となった方に、特定保健指導「Let's! 健康プログラム」のご案内を順次送付しています。

管理栄養士などが、対象者一人ひとりに合った健康プランを提案し、生活習慣の改善に向けてサポートしますので、ご利用ください。



秋冬の感染症にご注意ください

問 健康センター☎23-2191

空気が乾燥し、気温が低くなる秋冬は、インフルエンザや新型コロナウイルス感染症などが流行する傾向にあり、今後も増加する可能性があるため、注意が必要です。

インフルエンザや新型コロナウイルス感染症にかからない、感染を広げないために、こまめな手洗い、消毒、せきエチケット等の基本的な感染防止対策に努めましょう。

また重症化の可能性がある高齢者は、早めに予防接種もご検討ください。



ビーズアクセサリー

問 市自立センター☎32-1631
市障がい者福祉課庶務係

簡単なビーズアクセサリーを楽しく作ります。

日時 11月20日（水）
午後1時30分～3時30分

会場 市自立センター 対象 市民

講師 旧ジャパンビーズクラフト協会認定講師
明田川冬子氏

定員 先着12人（10月16日に参加した方は参加不可）

申し込み

電話で自立センターへ
※留守番電話への申し込み不可



市社会福祉事業団
正規職員募集



募集職種 支援員・事務員

募集人数 若干人

採用予定日 1月1日以降

※応募資格等の詳細は、市自立センターホームページ（2次元コード）でご確認ください。

申し込み

11月18日（必着）までに、申込書(ホームページからダウンロード可)に必要な事項を記入し、郵送〒198-0023 今井5-2434-2、または直接市社会福祉事業団事務局へ