

つがる市洪水ハザードマップ素案の縦覧と意見募集について

洪水ハザードマップとは、岩木川が大雨によって増水し、堤防からあふれたり、堤防が壊れて氾濫した場合、想定される浸水の状況や洪水時の避難場所など、市民の皆さんの避難に役立つ情報をわかりやすくまとめたものです。

現在、洪水ハザードマップを作成しておりますが、市民からのご意見等を参考に、より良いマップを作成したいことから、皆さんからのご意見を募集いたします。

■縦覧期間及び

意見書提出期間：平成21年4月15日(水)～4月28日(火)

■縦覧場所：●市役所総務課(2階) ●各支所 ●つがる市出張所(イオンモールつがる柏) ●市ホームページ

■意見を提出できる方：●市内に在住または勤務、就学されている方 ●市内に事務所や事業所がある方

■意見書の提出方法：総務課あてに郵送(4月28日必着)、FAX、電子メール、または総務課へ直接持参してください。(※いづれも氏名、住所、電話番号を明記してください。)

■意見の公表：寄せられたご意見は、後日、市ホームページ等で公表いたします。(※意見の内容以外の個人情報については、公表しません。)

■注意事項：●意見書の様式は問いません。 ●電話での受付はしておりませんので、ご了承ください。

【問い合わせ先】

総務課 交通防災係 電話42-2111(内線349)

—提出先—

〒038-3192 つがる市木造若緑61-1

つがる市役所 総務部総務課 交通防災係

FAX：0173-42-3069

電子メール：市ホームページのトップ

ページをご利用ください。

<http://www.city.tsugaru.aomori.jp/>

NTT東日本発行の電話帳を配達・回収します

NTT東日本青森支店では、4月中に順次、新しい電話帳(平成21年5月発行)を各ご家庭・事業所へお届けします。

その際、現在お使いの電話帳は、新しい電話帳とお取り替えいたしますので、配達員へお渡しください。

NTTでは、地球環境保護として、回収した古電話帳から新しい電話帳を作る「電話帳循環型リサイクル」を行っています。

なお、ご不在等で配達員に古い電話帳を渡せなかった場合、後日改めて回収に伺いますので、下記「タウンページセンタ」までご連絡ください。お届けする電話帳の変更や配達冊数の変更についても、タウンページセンタまでご連絡ください。

《問い合わせ先》

「タウンページセンタ」電話0120-506-309

コールセンター

長寿100歳祝金(100万円)支給の廃止について

長寿100歳祝金支給(支給要件有り)については、これまで実施してまいりましたが、近年の高齢社会の到来にあたり、高齢者の健康・福祉対策を広く新たな視点に立って展開する必要があるため、平成21年4月1日から長寿100歳祝金(100万円)を廃止することになりました。

なお、満100歳に達した方への顕彰状及び記念品につきましては、これまで同様に贈呈させていただきますので、ご理解とご協力をお願いいたします。



【問い合わせ先】

福祉課 福祉総務係 電話42-2111(内線245)

広 告

営業時間
10:00～25:00
土曜日・祝日前日は
～26:00まで

団体予約 承ります。

仲間が集まれば、先ずお電話を。



特典満載、パック料金がお得
大好評の幹事様ラクラクパック受付中!!

3BOWL3

SUN★SUN BOWLING

イオンモールつがる柏
サンサンボウル

〒038-3107 青森県つがる市柏稲盛幾世41
電話:0173-25-3813 FAX:0173-25-3817
担当/上山・江良

平成21年度「総合健診」のご案内

昨年度からスタートした「特定健康診査制度（特定健診）」。特定健診は、「メタボリックシンドローム」の予防に重点を置いた健診で、健診結果から受診者の状況にあった「保健指導」が行われます。

また、つがる市では、がんによる死亡が死因の第1位になっています。がんの早期発見、早期治療のために「がん検診」を受け、年に1回は「自分のために、家族のために」健診を受けましょう！

◆【特定健診の対象者】

特定健診の対象者は、国民健康保険加入者になります。国民健康保険以外の医療保険（健康保険組合や共済組合など）に加入している40歳から74歳の方（本人、被扶養者）は、それぞれの医療保険者で特定健診を行うことになっていますので、加入されている医療保険者に確認してください。

◆【各種検診の対象年齢等】

各種検診（下記の表）の対象者は、年度中に対象年齢となる方となります。

◆【検診料金（自己負担額）】

① 次に該当する方は、特定健診及び健康診査の料金が無料となります。

●生活保護受給者→健診当日、受付で「生活保護受給証明書」を提示してください。

●40歳から69歳の非課税世帯（同一世帯員が当該年度において市民税非課税）→健診当日、受付で申し出てください。

●70歳以上の方（昭和15年3月31日までに生まれた方）

② がん検診は「市民特別健診事業」として、防衛省から交付された再編交付金で実施されますので、自己負担額は平成24年度まで無料となります。

健(検)診の種類	対象者	検査費用	自己負担額	内 容	
特 定 健 診	40～74歳の国民健康保険加入者	5,250円	1,000円	身体計測、身体診察、血圧測定、血液検査、肝機能検査、血糖検査、尿検査、血中脂質検査	
健 康 診 査	40歳以上の医療保険未加入者	5,250円	1,000円		
	後期高齢者医療加入者 ・75歳以上の方 ・65～74歳未満で一定の障害等を有する方	5,040円	無 料	※後期高齢者医療加入者は腹囲測定を行いません	
肝炎ウイルス検査	40歳以上の方	2,100円	無 料	B型肝炎ウイルスとC型肝炎ウイルスの感染の有無の血液検査	
胃 がん 検 診	40歳以上の方	5,040円	平成24年度まで無料	バリウムを飲んでレントゲン撮影	
大腸がん検診		1,785円		便の潜血反応検査	
前立腺がん検診	50歳以上の方	1,785円		血液検査	
子宮がん検診	頸 部	20歳以上で偶数年齢の方		4,410円	内診や細胞診検査
	頸部・体部	40歳以上、最近6カ月以内に不正性器出血のあった方		4,935円	
乳がん検診	視 触 診	30～39歳の方		2,100円	マンモグラフィや視触診 ※年齢によって検査が異なります
	視 触 診・マンモグラフィ	40～58歳で偶数年齢の方		5,250円	
	マンモグラフィ	60歳以上で偶数年齢の方	3,150円		
肺 がん 検 診	40歳以上の方	2,258円	無 料	胸部レントゲン撮影	
喀痰(かたん)検査	50歳以上で喫煙指数600以上の方及び6カ月以内に血痰のあった方	2,625円	無 料	痰(たん)の検査	

【申込期日】 4月16日(木)までにお申し込みください。

【申 込 先】 地区の保健協力員または、市役所健康推進課までお願いします。

【申込方法】 地区の保健協力員が「総合健診申込書」と「総合健診のご案内」を配布しますので、記入例をよく読んで記入し、申し込んでください。

① 「総合健診申込書」で対象となる家族全員の申し込みができます。

② 対象とならない検診項目には、斜線(／)が引かれています。

③ 受けない検診欄には、その理由番号を記入してください。

④ 記入した申込書を地区の保健協力員または、市役所健康推進課へ申込期日までに提出してください。



【指定日以外の受診】

地区の指定日以外でも検診を受けることができます。他地区での受診や休日の受診を希望する場合は、申込書の「指定日以外の受診希望日」欄に希望月日を記入してください。

【問い合わせ先】 健康推進課 保健予防係 電話42-2111(内線306,307)

総合健診日程表

健診日	場所	対象地区	総合	婦人科
5月25日	月	吉出、語利、沼館（女性検診地区指定日は5月29日になります）	◎	×
5月26日	火	千年、再賀、沖善津（女性検診地区指定日は5月28日になります）	◎	×
5月27日	水	沼崎、元増、穂積、野末（女性検診地区指定日は5月28日になります）	◎	×
5月28日	木	家調、船越、下繁田、下派立、前村、中派立	◎	◎
5月29日	金	繁蒔、繁田、上野田、細沼	◎	◎
5月31日	日	稲垣全地区	◎	◎
6月1日	月	福富、野田、楽田、鶴見里（女性検診地区指定日は5月29日になります）	◎	×
6月3日	水	豊富、富蒔（女性検診地区指定日は6月5日になります）	◎	×
6月4日	木	車力、下車力	◎	◎
6月5日	金	牛瀧、下牛瀧	◎	◎
6月7日	日	車力全地区	◎	◎
6月8日	月	豊富、富蒔（女性検診地区指定日は6月5日になります）	◎	×
6月9日	火	車力、下車力	◎	×
6月10日	水	牛瀧、下牛瀧	◎	×
6月11日	木	豊富、富蒔（女性検診地区指定日は6月5日になります）	◎	×
7月9日	木	上町、松原、蓮沼、千代町、有楽町、田町、吉岡下木造の 男性	◎	×
7月10日	金	清水町、横町、菟中、芦屋、川除、豊田、今市、芦沼、蓮川の 男性	◎	×
7月12日	日	木造全地区	◎	◎
7月13日	月	上町、松原、蓮沼、千代町の 女性	◎	◎
7月14日	火	有楽町、田町、吉岡下木造、清水町の 女性	◎	◎
7月15日	水	横町、菟中、芦屋、川除、豊田、今市、芦沼、蓮川の 女性	◎	◎
7月16日	木	立花、出野里、芦部岡、蓮花田、永田、土滝、加納、小田原、大畑の 女性	◎	◎
7月17日	金	立花、出野里、芦部岡、蓮花田、永田、土滝、加納、小田原、大畑、東林、西林の 男性	◎	×
8月4日	火	小和巻、上派立、小中野、下町（女性検診指定日は8月6日になります）	◎	×
8月5日	水	姥島、岩木、第2岩木、鶴野、八重崎、幾世（女性検診指定日は8月6日になります）	◎	×
8月6日	木	上古川、広須	◎	◎
8月7日	金	下古川、末吉	◎	◎
8月9日	日	柏全地区	◎	◎
8月10日	月	鷺坂、稲盛（女性検診地区指定日は8月6日になります） 玉水、沖蒔、藤岡（女性検診地区指定日は8月7日になります）	◎	×
8月30日	日	木造全地区	◎	◎
8月31日	月	東林、西林、生田、兼館、石館、善積、夕日岡、出崎、濁川、中の林、中館、町居田、桜井、里見、柴田、近野、十文字、平野の 女性	◎	◎
9月1日	火	菊川、福原、千代田、遠山、広岡、あざみ岡、越水、駒田、吹原、下福原、吉見の 女性	◎	◎
9月3日	木	勝山、大館、月見野	◎	◎
9月4日	金	床舞、中田	◎	◎
9月6日	日	森田全地区	◎	◎
9月7日	月	漆館、吉野、下相野（女性検診地区指定日は9月3日になります）	◎	×
9月8日	火	森田、山田、猫淵（女性検診地区指定日は9月3日になります）	◎	×
9月9日	水	笹木・小中野、柴田、上相野、富岡（女性検診地区指定日は9月4日になります）	◎	×
11月9日	月	南広森、丸山、三ツ館、大湯町、亀ヶ岡、筒木坂、平滝の 女性	◎	◎
11月10日	火	菰槌、館岡、出来島の 男性・女性	◎	◎
11月11日	水	生田、兼館、石館、善積、夕日岡、出崎、濁川、中の林、中館、町居田、桜井、里見、柴田、近野、十文字、平野、菊川、福原の 男性	◎	×
11月12日	木	千代田、遠山、広岡、あざみ岡、越水、駒田、吹原、南広森、丸山、三ツ館、下福原、吉見、大湯町、亀ヶ岡、筒木坂、平滝の 男性	◎	×



すずらんの会

～自死遺族の集い～

■年間の日程

5月11日(月)、7月21日(火)、9月9日(水)、11月26日(木)、1月29日(金)、3月7日(日)

■時 間：13：30～15：30

(※3月7日のみ10:00～12:00)

■場 所：木造ふれあいプラザ

(JR木造駅左隣の三角屋根)

■申し込み

事前に電話で精神保健担当の保健師へ申し込みください。

■すずらんの会とは別に、保健師が訪問や電話で悩みに応じますので、お気軽にご連絡ください。日程や場所などは、ご都合に合わせてます。

【問い合わせ先】

健康推進課 保健予防係

電話42-2111(内線302)

こころの相談日



こころの病気、こころの悩みなどについて相談をお受けしています。

眠れない、うつ病や統合失調症などの病気、子どもの不登校やひきこもりなどの悩みを抱えている方は、一人で悩まずご相談ください。

■年間日程

4月15日、5月15日・25日、6月5日・15日、7月24日、8月5日・25日、9月15日・25日、10月5日・15日、11月5日・25日、12月15日・25日
平成22年1月5日・15日・25日、2月5日・15日、3月5日・15日

■時 間：10:00～15:00

■場 所：つがる市役所 1階相談室

■申し込み

事前に「こころの相談担当者」あてに電話でご予約ください。

※当日の申し込みも受け付けますが、ご予約の方が優先になります。

【申込先・問い合わせ先】

健康推進課 保健予防係

電話42-2111(内線302)



乳児相談 (7カ月児・1歳児)

平成21年度の乳児相談(7カ月児・1歳児)は下表の日程で開催します。個別通知はいたしませんので、日程をご確認の上、お越しく下さい。

月 齢	7 月 児	1 歳 児
受付時間	9:30～9:50 (終了11:00頃)	10:45～11:00 (終了12:30頃)
会 場	森田保健福祉センター あーすとぴあ	
内 容	●身体計測 ●子育て相談 ●離乳食試食 ●栄養指導 <small>※医師の診察 はありませ</small>	●身体計測 ●子育て相談 ●栄養指導 <small>※医師の診察 はありませ</small>
実施月	実施月で7カ月になる お子さん	実施月で1歳になる お子さん
4月28日(火)	平成20年9月生まれ	平成20年4月生まれ
5月20日(水)	10月生まれ	5月生まれ
6月29日(月)	11月生まれ	6月生まれ
7月22日(水)	12月生まれ	7月生まれ
8月24日(月)	平成21年1月生まれ	8月生まれ
9月28日(月)	2月生まれ	9月生まれ
10月20日(火)	3月生まれ	10月生まれ
11月25日(水)	4月生まれ	11月生まれ
12月21日(月)	5月生まれ	12月生まれ
1月27日(水)	6月生まれ	平成21年1月生まれ
2月10日(水)	7月生まれ	2月生まれ
3月10日(水)	8月生まれ	3月生まれ

■母子手帳、バスタオルをご持参ください。

【問い合わせ先】

健康推進課 保健予防係 電話42-2111(内線303, 304)

国保以外の医療保険被扶養者の特定健診が受診出来ます

今年度、国民健康保険以外の医療保険者被扶養者の方についても、一部医療保険者を除き、(財)青森県総合健診センターを窓口として、市総合健診と同時に「特定健康診査(特定健診)」が受診できるようになりました。受診を希望される方は、直接、青森県総合健診センターへお問い合わせください。

【受診申し込み・問い合わせ先】

財団法人 青森県総合健診センター

事業部健康推進課「特定健診窓口」

電話 017-741-2336 (※窓口開設時間 9:00～17:00)

【受診可能な県内の主な医療保険者】

●全国健康保険協会青森県支部(社会保険) ●健保連 ●警察共済組合青森県支部 ●公立学校共済組合青森県支部 ●地方職員共済組合青森県支部(県職員) ●青森県市町村職員共済組合

【受診日に持参するもの】

①国保以外の被扶養者で、特定健診を受診される方は、医療保険者が発行する「特定健診受診券」と「健康保険証」が必要です。健診当日必ず持参してください。

②特定健診受診券に「個人負担金額」が記載されている場合は、健診当日受付で個人負担金をお支払いください。

【問い合わせ先】

国民健康保険課 国保税係 電話42-2111(内線276, 277)