

乳幼児健診など母子保健行事の日程(令和6年度)

問 子ども子育て課 子育て世代包括支援センター係(Tel64-1520)



	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
4か月児健診	4日(木) R5.11月生	9日(木) R5.12月生	6日(木) R6.1月生	4日(木) R6.2月生	1日(木) R6.3月生	5日(木) R6.4月生	3日(木) R6.5月生	7日(木) R6.6月生	5日(木) R6.7月生	9日(木) R6.8月生	6日(木) R6.9月生	6日(木) R6.10月生
10か月児健診	10日(水) R5.5月生	10日(金) R5.6月生	14日(金) R5.7月生	12日(金) R5.8月生	2日(金) R5.9月生	13日(金) R5.10月生	11日(金) R5.11月生	8日(金) R5.12月生	11日(水) R6.1月生	10日(金) R6.2月生	14日(金) R6.3月生	14日(金) R6.4月生
1歳6か月児健診	18日(木) R4.9月生	16日(木) R4.10月生	20日(木) R4.11月生	18日(木) R4.12月生	22日(木) R5.1月生	19日(木) R5.2月生	17日(木) R5.3月生	14日(木) R5.4月生	12日(木) R5.5月生	16日(木) R5.6月生	20日(木) R5.7月生	13日(木) R5.8月生
3歳児健診	25日(木) R3.3月生	23日(木) R3.4月生	27日(木) R3.5月生	25日(木) R3.6月生	29日(木) R3.7月生	26日(木) R3.8月生	24日(木) R3.9月生	28日(木) R3.10月生	19日(木) R3.11月生	23日(木) R3.12月生	27日(木) R4.1月生	27日(木) R4.2月生
発達相談	25日(木)	23日(木)	27日(木)	25日(木)	29日(木)	26日(木)	24日(木)	28日(木)	19日(木)	23日(木)	27日(木)	27日(木)
親子教室	9日(火) 16日(火)	14日(火) 21日(火)	4日(火) 18日(火)	2日(火)	6日(火) 20日(火)	3日(火)	1日(火) 15日(火)	12日(火)	3日(火) 17日(火)	14日(火) 21日(火)	4日(火) 18日(火)	4日(火) 18日(火)
離乳食教室	-	15日(水)	-	17日(水)	-	18日(水)	-	13日(水)	-	15日(水)	-	19日(水)
母子健康手帳交付	随時(予約制)											

乳幼児健診(4か月児、10か月児、1歳6か月児、3歳児)

身体測定、内科・歯科診察や栄養・歯科・発育など育児に関する相談を行います(対象者には個別に案内を送付します)。

■場所 MIYAMAX ■受付時間 13時~13時30分

発達相談【要事前予約】

ことばや発達が気になるお子さんと、言語聴覚士・臨床心理士による個別面談を行います。

■場所 MIYAMAX ■時間 9時10分~12時

親子教室【要事前予約】

親子で集団遊びができる教室です。発達など気になることの相談もできます。

■場所 MIYAMAX ■時間 10時~11時30分 ■定員 8組

離乳食教室【要事前予約】

■場所 MIYAMAX ■時間 10時~12時

■対象 離乳食が必要なお子さんがある家族の人

■定員 先着10人

■持ってくるもの 筆記具、お子さんの持ちものなど

■その他 託児あり(要予約・先着順)

母子健康手帳交付【要事前予約】

■交付場所 みやま市役所(本庁2階子ども子育て課)

■受付時間 8時30分~16時00分

■対象 みやま市に住民登録がある妊婦

■持ってくるもの 妊娠届出書、マイナンバーカードまたは通知カードと顔写真付の本人確認書類(運転免許証など)

消防署からのお知らせ ふれあい119

問 市消防本部 予防課 予防係(Tel62-5993)



火災・救急・救助(Tel119)、火事の問い合わせ(Tel050-1807-4070)、コミュニティ無線の放送内容確認(Tel63-6355)

■3月1日(金)~7日(休)は「春季全国火災予防運動」

火災予防意識の普及を図るため、3月1日(金)7時と19時の2回サイレンを鳴らします。火災と間違われぬようにお願いします。

■ご利用には事前登録が必要です

火災情報をメールで受信できます。筑後消防指令センターのサイトから登録ください。

GmailとiCloudは利用できません。



▲筑後消防指令センターサイト

■日ごろから地震に備えましょう

近年、東日本大震災、熊本地震、そして元旦の能登半島地震など、震度7を超える大地震が頻発し、多くの死傷者や家屋の倒壊などの被害をもたらしています。地震はいつ起きるかわかりません。家具の固定や配置の仕方、避難経路や避難場所の確認など、日ごろから対策をしておきましょう。



▲首相官邸ホームページ

日曜に市役所本庁の一部を開庁します

(3月24日、4月7日。8時30分~12時00分)

就職・転勤・入学などで、転入・転出が多くなる時期に、住所変更に伴う手続きを受け付けます。他市町村や関係機関に確認が必要な場合など、手続きが行えない場合があります。事前に各担当課へお問合せください。

受付業務	担当課
▶転入、転出、転居などの住所変更(※1) ▶印鑑登録 ▶マイナンバーカードの住所変更 ▶住民票の写し、戸籍に関する証明書の交付(※2)	市民課 住民係(Tel64-1513)
▶国民年金、国民健康保険、後期高齢者医療、公費医療の資格異動	健康づくり課 国保年金係(Tel64-1529) 健康づくり課 医療係(Tel64-1527)
▶原付バイクなどの登録・廃車、納税通知書などの送付先変更	税務課 市民税係(Tel64-1511)
▶児童手当、児童扶養手当、特別児童扶養手当の申請 ▶保育所・認定こども園の入所・退所	子ども子育て課 子ども子育て係(Tel64-1535)

※1 転入・転出手続きなどと同時に戸籍届を提出する場合は、前もって平日開庁時間に住民係へ連絡ください。

※2 住民票の写し、戸籍に関する証明書の広域交付はできません。「婚姻、離婚、出生、死亡」などの戸籍届は、本庁当直室で預かります。

マイナンバーカードを活用しましょう

■オンラインで引っ越し手続き

オンラインで「転出届の提出」ができます。転出元の市町村窓口への来庁は原則不要ですが、転入先の市町村では窓口での手続きが必要です。

■住民票の写しなど証明書は、コンビニで50円安く

コンビニでは住民票の写し、印鑑登録証明書、戸籍謄本・抄本、戸籍の附票の写し、所得証明書、課税(非課税)証明書が取得できます。(利用時間:6時30分~23時)

※3月31日(日)13時~終日は、メンテナンス作業のため戸籍謄本・抄本、戸籍の附票の写しのコンビニ交付はできません。



3月1日から戸籍の証明書請求・戸籍届が便利になります

問 市民課 住民係(Tel64-1513)



▲法務省

■本籍地以外でも戸籍証明書を取得できる

- ・コンピューター化されていない一部の戸籍や、個人事項証明書、戸籍の附票は対象外です。
- ・郵送や代理人による請求はできません。

■戸籍届出時の負担を軽減

- ・本籍地以外の市町村窓口で戸籍届出をする場合でも、戸籍証明書などの添付が原則不要となります。



軽自動車などの廃車手続き・名義変更はお早めに



問 税務課 市民税係 (Tel.64-1511)

【125ccを超えるバイクに関して】九州運輸局福岡運輸支局 久留米自動車検査登録事務所 (Tel.050-5540-2081)

【軽自動車に関して】軽自動車検査協会 福岡主管事務所久留米支所 (Tel.050-3816-1752)

軽自動車税(種別割)は、4月1日現在登録の車両所有者に課税します。

■ 廃車手続き(原付、小型特殊)

本人確認ができる書類(運転免許証など)を持参し、ナンバープレートを、税務課市民税係または各支所市民サービス係に返却してください。

※ナンバープレートを紛失した場合は、税務課市民税係のみでの手続きとなります。

■ 譲渡(名義変更)手続き(原付、小型特殊)

廃車手続きと同様に、本人確認ができる書類(運転免許証など)を持参し、ナンバープレートを返却してください。手続き後、廃車証明書兼譲渡証明書を交付しますので新所有者に渡してください。

はり・きゅう・あん摩等施術券(紫色)を交付します



問 健康づくり課 医療係 (Tel.64-1527)

■ 交付日 4月1日(月)～

※3月31日以前の申請受け付けはできません。

■ 交付場所

健康づくり課 医療係、各支所市民サービス係

■ 対象

みやま市に居住し、住基台帳に記載されている人

■ 利用できる施術所 市が指定した施術所

■ 助成内容 施術1回につき千円を助成

※指定する2か月の期間内にそれぞれ10回まで。

■ 持ってくるもの

来庁者の本人確認ができるもの(運転免許証、保険証など)

※別世帯の人が来庁する場合は、委任状または対象者の本人確認ができるもの(運転免許証、保険証など)を併せて持参ください。

国民年金付加保険料納付のご案内



問 大牟田年金事務所 (Tel.52-5294)、健康づくり課 国保年金係 (Tel.64-1529) ▲日本年金機構

第1号被保険者と任意加入被保険者(65歳未満の人)は、付加保険料を上乗せして納めることで、受給する年金額を増やすことができます。詳しくは日本年金機構ホームページをご覧ください。

■ 付加保険料の月額 400円

■ 付加年金額

付加年金額(月額)は「200円×付加保険料納付月数」で計算します。2年以上受給すると、支払った付加保険料以上の年金を受給することができます。付加年金は、老齢基礎年金と合わせて受給できる終身年金ですが、定額のため物価スライド(増額・減額)はありません。

■ 手続き場所

健康づくり課 国保年金係、各支所市民サービス係、大牟田年金事務所

■ 注意点

付加保険料の納付は申出月からの開始となります。国民年金基金に加入している人や国民年金保険料の免除が承認されている人は、付加保険料を納付することができません。



大切ないのちを守るために～3月は「自殺対策強化月間」～

問 福祉課 福祉総務・障がい福祉係 (Tel.64-1518)

自殺は、病気や家族のこと、職場環境など、さまざまな悩みで心理的に追い込まれることが原因であることが多く、誰にでも起こり得る身近な問題です。そして、その多くは防ぐことができる社会的な問題であるとされています。みんなで支えあい、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」を目指しましょう。

■ 大切ないのちを守るために

悩んでいる人に気づいたら「眠れている?」「元気がないけど何かあったの?」など、心配している気持ちを伝え、ゆっくり話を聴いてください。悩みを話してくれたら、専門家や相談窓口にご相談するように促しましょう。

■ 1人で悩まず相談してみませんか

ストレスや悩みが重なったときは、身近な人に話を聞いてもらい、張り詰めたところを緩めましょう。周囲の人に相談ができないときは、相談窓口を利用しましょう。

■ こころの健康づくり講演会(無料) ※事前申し込み不要

▷日時=3月16日(土)10時～ ▷場所=まいピア高田
▷テーマ=こころの健康づくり、ゲートキーパーについて
▷講師=船小屋病院理事長・院長 三根浩一郎さん

■ こころの自己チェックをしてみましょう

- ① 毎日の生活に充実感がない
- ② これまで楽しんでいたことが楽しめなくなった
- ③ 以前は楽にできていたことが、今はおっくうに感じられる
- ④ 自分が役立つ人間と思えない
- ⑤ わけもなく疲れたような感じがする
- ⑥ 不眠が続き、生活に支障がある
- ⑦ 気分がひどく落ち込んで、自殺について考えることがある

※2週間以上続いている項目が2つ以上あり、毎日の生活に支障がある場合や⑥、⑦に該当する場合は相談窓口やかかりつけ医などに相談しましょう。

こころの悩みに関する相談窓口

■ ふくおか自殺予防ホットライン

①Tel.092-592-0783(24時間365日対応) ②Tel.0120-020-767(月～金曜=16時～翌日9時、土・日・祝日=24時間)

■ こころの健康相談(福岡県南筑後保健福祉環境事務所) Tel.72-2176(月～金曜、祝日除く。8時30分～17時15分)

くらしの困りごと相談室(経験豊富な相談支援員が対応します)



問 くらしの困りごと相談室(山川総合保健福祉センターげんきかん内) (Tel.67-0010)

失業や休業などさまざまな理由により、生活に困窮している市内在住の人を対象に、一人ひとりの状況に合わせた段階的な支援を行います。相談は無料です。

■ 相談日時 月～金曜、8時30分～17時(土、日、祝日休み)

【こんなことで困っていませんか】

くらしのこと

▷生活が不安だけどこに相談したらいいかわからない▷生活が苦しい▷病院に行きたいけれど保険証がない▷遺産相続でもめている▷離婚を考えている

仕事のこと

▷働きたいけれどブランクがあって心配▷仕事が見つからない

お金(家計)のこと

▷子どもの学費が心配▷家賃や税金を滞納している▷借金の返済が大変

支援の流れ

【相談】 まずは相談ください

話を聴いて情報を伝えたり、解決に向けて一緒に考えます。秘密は守ります。

【支援】 寄り添って支援します

さまざまな機関と相談しながら一緒に支援します。

【解決】 困りごと解決

解決した後も、いつでも相談を受け付けます。