

献血にご協力を
お願いします

日時・場所 12月28日(木)、29日(木) 各日9時30分～16時30分Ⅱ
イオン滝川店(東町)
関福祉課Tel28―8024

健康



歯周病歯科検診

この機会に歯とお口の健康状態をチェックしませんか。
日時 12月14日(水) 13時～14時
場所 保健センター

内容 歯科医師による歯科検診、歯科相談、歯周ポケット測定、歯科衛生士による歯磨き指導、唾液検査、75歳以上の方には舌や飲み込みなどの機能検査
※使用した歯ブラシ、フロス、歯間ブラシ等は差し上げます。
対象 成人の方(特に40歳、50歳、60歳、70歳の節目年齢の方)
参加料 520円(歯ブラシ代を含む)

申込方法 完全予約制で行いますので、必ず前日までに窓口または電話でお申し込みください。
関健康づくり課Tel24―5256

冬休み歯科相談

お子さんの歯やお口のことで気になることはありませんか。

しましょう。

①政治家からの寄付禁止

選挙の有無に関わらず、政治家が選挙区内にある者に対して次のような名目で寄付を行うことは、特定の場合を除き禁止されています。有権者が求めてもいません。冠婚葬祭における贈答なども寄付になるので、注意してください。

例)病気見舞い、地域の運動会・スポーツ大会への飲食物等の差し入れ、葬儀の花輪・供花、お中元・お歳暮、本人が出席しない場合の結婚祝いや香典

②後援団体からの寄付禁止

政治家の後援団体(後援会など)が行う寄付も、政治家の寄付同様に禁止されています。「後援団体の設立目的により行う行事または事業に関する寄付」は例外とされていますが、この場合も花輪、供花、香典、祝儀などや選挙前一定期間にされるものは禁止されています。

③政治家の関係会社などからの寄付禁止

政治家が役員・構成員である会社や団体が、政治家の名前を表示して行う寄付や、政治家の名前などを冠した会社・団体が行う寄付も禁止されています。

④政治家等への寄付制限

政治家等への寄付について

この機会にぜひご参加ください。
日時 12月26日(月)、令和5年1月11日(水) 9時30分～16時(要予約)

場所 保健センター
内容 歯科相談・歯磨き指導、フッ素塗布(希望者のみ/520円)

対象 市内在住の4歳～小学生
申込期限 12月19日(月)
申込方法 窓口または電話でお申し込みください。
関健康づくり課Tel24―5256

はじめて教室

離乳食や歯磨きの仕方など「はじめてでよくわからない」ことを一緒に解決しませんか。

日時 令和5年1月24日(火)、2月14日(火)、3月15日(水) 10時～10時45分
場所 保健センター

内容 栄養士による簡単離乳食の作り方や2回食への進め方などのお話、歯科衛生士による歯科相談、むし歯にしないためのコツや口の中の見方、歯磨きの始め方など、参加者の食や歯に関する疑問・質問にお答えします。
対象 令和4年6月～9月生まれの赤ちゃんと保護者
※歯が生えていなくても参加できます。
持ち物 母子健康手帳

も、政治資金規制法による制限

(量的制限、質的制限)や国、地方公共団体と請負などの関係にある者がそれぞれの選挙に関して行う寄付の制限などがあります。

◎「時候のあいさつ」などにも制限があります

政治家が選挙区内にある者に対し、答礼のための自筆によるものを除き、年賀状、暑中見舞状などの時候のあいさつ状(電報も含む)を出すことは禁止されています。また、政治家や後援団体が、選挙区内にある者にあいさつを目的で、新聞、雑誌、テレビ、ラジオで有料広告(いわゆる名刺広告など)を出すと処罰されます。このような広告を出すように求めることも禁止されています。

関選挙管理委員会事務局Tel28―8050

今月納期の税・料金 (4期分)

固定資産税・都市計画税

国民健康保険税(7期分)

介護保険料(7期分)

後期高齢者医療保険料 (7期分)

関税務課Tel28―8021

申込方法 前日までに窓口または電話でお申し込みください。
関保健センターTel24―5256

料理づくりのどう

日時 12月23日(金) 10時～12時
場所 まちづくりセンター
内容 華やかな見た目で、クリスマススの雰囲気を感じられる料理を作ります。

対象 65歳以上の市民
定員 9人
参加料 300円
持ち物 マスク、エプロン、三角巾、飲み物、筆記用具

申込期限 12月21日(水)
申込方法 保健センター窓口または電話でお申し込みください。
関保健センターTel24―5256

特定保健指導をご利用ください

健診結果をもとに、一人ひとりにあつた生活習慣改善のポイントを分かりやすく説明します。
日時 保健センター開庁日のうちご希望の日時で調整します(30分程度)。

場所 保健センター
対象 40～74歳の国民健康保険加入者で特定健診を受診した方のうち、特定保健指導の対象者(積極的・動機付け支援)
※12月までにお越しいただいた

対象の方、先着30人には最大1,000円分の商品券を後日差し上げます。詳しくは利用券と同封のチラシをご覧ください。

持ち物 特定保健指導利用券、健診結果、筆記用具
関保健センターTel24―5256

シニア世代の元気になる食生活講座

いつまでも健康に過ごすため、簡単にできる食事のチェック方法について具体的に学ぶことができます。

今回限定で、からだところの元気を確認する「フレイル度チェック」体験会も実施します。参加された方には、料理集の「シニアの元気ごはん」を配付します。

日時 12月15日(木) 13時30分～15時30分

場所 保健センター

内容 食事バランスのチェック方法、フレイル度チェック
講師 保健センター管理栄養士
定員 20人

申込期限 12月12日(月)
申込方法 介護福祉課窓口または電話でお申し込みください。
関介護福祉課Tel28―8045



その他

年末年始火災予防運動

「12月20日(火)～令和4年1月10日(火)」

●全国統一防火標語

『お出かけは マスク戸締り火の用心』

「ストーブによる火災に注意」

ストーブのそばに洗濯物を干したり、燃えやすい物を置いたりしないように注意しましょう。

〈避難口の確認〉

窓などの開口部は大事な避難口です。いざというときに逃げられるよう、除雪をしましょう。

〈住宅用火災警報器の交換時期〉

住宅用火災警報器は、古くなると電池切れや故障で火災を感じなくなることがあります。10年を目安に交換しましょう。

関滝川消防署予防課Tel23―1252

寄付禁止のルールを守って
明るく選挙を
実現しましょう

政治家や候補者が選挙区内にある者に対して寄付をすると処罰されます。有権者が寄付を求めることもできません。「贈らない・求めない・受け取らない」の「三ない運動」を皆さんで徹底

■ひきこもり家族交流会「虹の会」 時12月9日(金) 13時30分～15時30分 場まちづくりセンター 内ひきこもり問題を抱える家族が集まり意見交換をする場です。他機関が行う講演会などの情報提供も行います。秘密厳守で匿名参加でも構いません。同じ境遇の家族と話したい、心配事や悩み事を相談したいと思ってる方のお越しをお待ちしています。 関滝川保健所Tel24-6201 ※申込方法＝滝川保健所窓口または電話でお申し込みください。

■狩猟免許試験

【予備講習】 時令和5年1月29日(日) 9時～16時30分 場岩見沢市民会館 まなみ～る 時第1種または第2種＝11,000円(テキスト代込み)、網またはわな＝8,250円、網およびわな(2種類)＝11,000円、第1種または第2種と同時に網またはわなを受講(2種類)＝13,750円、第1種または第2種と同時に網とわなを受講(3種類)＝16,500円

【狩猟試験】 時令和5年2月5日(日) 9時～17時 場空知総合振興局 関空知猟政協議会Tel0126-24-1111(火・木曜日) ※詳しくはお問い合わせください。
【試験・講習の申込方法】 試験の定員が40人のため先に空知総合振興局(Tel0126-20-0043/受付開始＝12月20日(火) 9時～)へ試験の申し込みをしたのち、空知狩猟協議会へ講習の申し込みをしてください。申込期間＝12月20日(火)～令和5年1月20日(金)

■認知症の人と共に歩む家族の会 あけぼの会ひだまりサロン(一日託老) 時12月16日(金) 10時～15時 場本町地区コミュニティセンター 内ランターン作り、スクエアステップ、クリスマス・忘年会、カフェ、体操 時昼食代500円 関事務局・鈴木Tel090-3779-9223
■子育てサロン「ありす」 時12月15日(木) 10時～12時 場おおむね0歳～5歳未満の子どもとその家族 内あそびテーマ「クリスマス会」 時1家庭100円(保険料) 関関國學院大學北海道短期大学部Tel23-4111 ※申込期限＝12月14日(水) 15時(先着30人)

■12月「駅カフェ」 時12月11日(日) 10時30分～14時 場JR江部乙駅 内11時＝「笑って!うくれれ」の皆さんによるウクレレ演奏 12時＝「ゆうべおと」朗読 12時45分＝クリスマス&年始の幸運を呼ぶ壁飾り「スワッグ」作り。江部乙の山の素材を生かしたワークショップです。ベルク特製「駅カフェパン」、ピーバリーのコーヒーも味わえます。 関江部乙まちコミ隊女子部・曾我部Tel090-9088-6284

■ハンドメイド・クリスマス! 時12月3日(土) 13時～15時 内①リース/スワッグ作り ②クリスマス・オーナメント作り 材料、道具は用意してあります。大人も子どもも楽しめる内容です。お気軽にご参加ください。 時無料 場関日本キリスト教会滝川教会Tel23-3034

みんなの*伝言板

※掲載希望者は、毎月8日(必着)までに、はがき・FAXで企画課まで送付ください。

FAX 22-7008

◎募集しています

▶着物着付教室 時水曜日(月2回) 14時～16時 場緑地区コミュニティセンター 時月額2,000円 関本間Tel24-5587
▶ゼロからの中国語講座 時木・土曜日(時間帯応相談) 場西地区コミュニティセンター 内発音練習、基本的な文法、日常会話、旅行会話など。 時月額＝3,500円(月4回/1回50分)、体験レッスン＝500円(1人1回限り、完全予約制) 関沖Tel080-3469-8454(メールアドレス: emiemil110@docomo.ne.jp) ※個人レッスン、留学・ビジネス対策対応可

◎催し物のご案内

■冬の夜長の朗読会～ちょっといいおはなしinえべおつ 時12月17日(土) 17時30分～19時 場農村環境改善センター 内朗読サークル「ツクヨミの会」と演劇集団:森組が冬の夜長に心温まるお話をお届けします。コーヒーを片手にゆったりとした気分で作品の世界をお楽しみください。「ふるさと銀河線」より「返信」ほか 時無料 場森Tel090-6268-6595