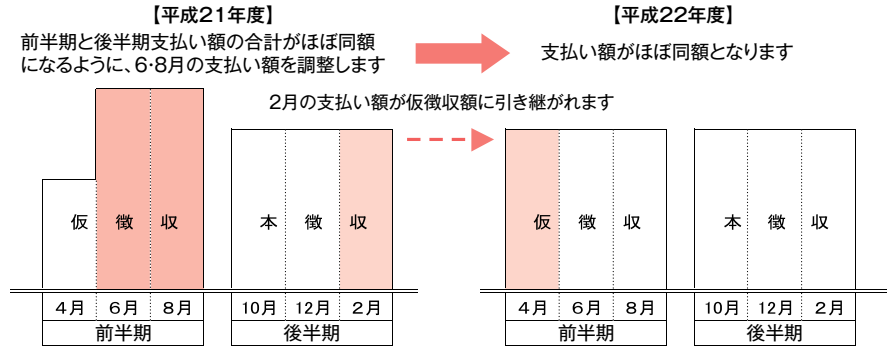


介護保険料を年金からお支払いいただいている65歳以上の人へ

介護保険料の平準化に伴い、6月・8月の支払額変更をお知らせする、平成21年度介護保険料仮徴収額変更通知書を6月上旬にお送りします。市内での該当者は約8,900人のみなさんです。

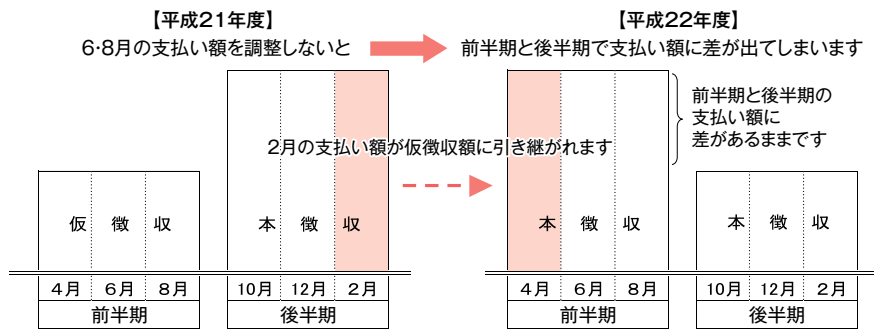
(平成21年度の前半が低かった場合の平準化の方法)



- 前半期の支払い額変更を6月に通知
- 後半期の支払い額は7月に通知します

※平成21年度の前半期が高かった場合は、6月・8月の支払い額は減額で調整されます。

(平準化をしなかった場合)



介護保険料の平準化とは？
諏訪広域連合では、年金から保険料を差し引く際、年度の前半期(4・6・8月)と後半期(10・12・2月)で金額に大きな差が出てしまうことをさけるため、6・8月の保険料額を調整し、1回ごとに納める保

険料がほぼ同額となるよう、仮徴収額を変更して徴収します。
なお、前半期と後半期の保険料額が変わらない場合には、通知書は送付されません(保険料額は変更ありません)。詳しくは、担当までお問い合わせください。

問合せ ● 介護福祉課 (内線 1284)

諏訪広域連合介護保険課 ☎228161 (直通)

「ねんきん定期便」をお送りします

社会保険庁では、本年4月より、国民年金・厚生年金の現役加入者のみなさんに「ねんきん定期便」を毎年誕生月にお送りします。

「ねんきん定期便」では

- これまでの年金加入期間と年金加入履歴
- 加入実績に応じた年金見込額
- これまでの年金保険料の納付額
- 月ごとの年金保険料の納付状況 などをお知らせします。

「ねんきん定期便」により年金記録を確認し、年金記録に「もれ」や「誤り」があった場合は、同封の回答票にてご回答をお願いします。大切な年金記録を正しいものにするため、「ねんきん定期便」による年金記録のご確認にご協力ください。

「ねんきん定期便」に関するお問い合わせ先

「ねんきん定期便専用ダイヤル」 ☎0570-058-555

IP電話・PHS ☎03-6700-1144

受付時間(祝日・12月29日～1月3日を除く)

月曜日～金曜日…午前9時～午後8時

第2土曜日…午前9時～午後5時



問合せ ● 岡谷社会保険事務所 ☎23-3661

夜間成人急病センター 6月1日診療開始

市では岡谷市医師会の協力を得て、市立岡谷病院の内科外来診療室に「岡谷市夜間成人急病センター」を開設します。成人の夜間の救急医療体制を整備し、二次救急医療との機能分担を明確にした初期救急医療を提供します。

診療日…月曜日～金曜日(土日、年末年始は休診)

診療科目…小児科を除く全般

診療対象…高校生(16歳)以上の成人軽症患者

※15歳以下は小児夜間急病センターをご利用ください。

診療時間…午後7時～9時

受付時間…午後6時30分～9時

※まず電話で受付をしてください。

診療体制…医師1名、看護師1名が対応。また、重症度の判断のため必要に応じて血液などの検査やレントゲン撮影をします。同センターの診療で重症と判断された場合は、市立岡谷病院の当直医師に引き継いで診療します。

薬…当日の夜間分のみ処方

問合せ ● 岡谷病院 (☎23-8000)

国民健康保険について

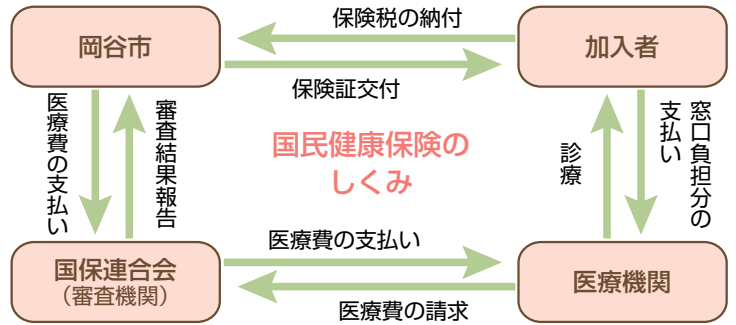
国民健康保険は加入者が万が一病気やけがをしたときに、安心して医療を受けられるように、みんなでお金を出し合って支えあう保険制度です。医療費は、みなさんが納めた国保税と国や県からの負担金などでまかなわれています。

国保加入の対象は？

自営業者、農林漁業従事者、退職して職場の健康保険をやめた人などです。（職場の健康保険や長寿医療制度に入っている人、生活保護を受けている人を除く全ての人が対象です）

加入には手続きが必要です

退職などにより職場の健康保険などをやめた人は、必ず国民健康保険への加入手続きをしてください。手続きが遅れると、後日退職時までさかのぼって加入することになります。納税相談も随時受け付けています。



医療費	
医療給付費(岡谷市負担) 7割~9割	窓口(加入者)負担 3割~1割
国保税 約50%	国・県負担金 約50% (国保以外の健康保険などからの負担分も含まれています)
	●一般…3割 ●9歳未満…2割 ●70歳以上…2割 (平成22年3月31日まで1割 現役並み所得者は3割)

(事務費や国保税軽減分については市でも負担しています)

問合せ●健康推進課(内線1174)

未就園児親子交流

各保育園では、入園前の子どもと保護者を対象に、在園児との交流や保護者同士の交流などを目的に、保育園で遊べる日を設けています。お気軽にご参加ください。詳細は各保育園まで。

保育園名	電話番号	名称	今後の開催予定									
			6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	
小口保育園	☎22-2489	なかよしの日	11日	2日	4日	26日	8日	5日	10日	13日		
今井保育園	☎22-2935	うさこちゃんの日	9日	9日	18日	8日	10日	10日	3日	19日		
あやめ保育園	☎22-2680	こっこちゃんの日	18日	9日	20日		15日	12日	10日	14日		
川岸保育園	☎22-3829	チューリップぐみ	9日	7日	11日	26日	6日	10日	8日	12日		
夏明保育園	☎22-3861	ひよこの日	17日	21日	18日		3日・20日	17日	15日	7日	23日	
成田保育園	☎22-2464	うさこちゃんの日	4日	2日	3日	3日	22日	12日	3日	13日	25日	
みなと保育園	☎22-3566	ノantanの日	11日	9日	6日		3日・8日	5日	10日	7日	4日	
長地保育園	☎27-4194	ノantanの日	10日	8日	6日	8日	19日	11日			19日	
若草保育園	☎22-4038	ひよこちゃんの日	18日	17日	20日	26日	22日	19日	10日	21日	19日	
西堀保育園	☎22-7670	ミッフィーちゃんの日	10日	13日	11日	26日	7日	12日	17	15日	24日	
東堀保育園	☎27-9366	うさちゃんの日	18日	16日	19日	19日	15日	19日	4日	21日		
神明保育園	☎22-4555	ノantanの日	18日	16日	13日	19日	8日	12日	10日			
横川保育園	☎28-1180	ミッキーの日	2日	1日	4日	1日	10日	4日	1日	13日		
つるみね保育園	☎22-2911	げんきぐみ		16日	6日	3日	10日	5日	11日			
聖ヨゼフ保育園岡谷	☎24-1477	こひつじの日	17日	22日			3日・28日	18日	12日	8日	17日	
ひまわり保育園	☎27-2816	あそぼう会	毎週月曜日									

児童手当認定請求書 (現況届)の提出について

現在、児童手当を受給している人は、年に一度、児童手当認定請求書(現況届)を提出する必要があります。これは、毎年6月1日を基準日として、現在の状況をもとに資格について確認するものです。対象となる人には6月上旬に通知しますので、期間内に必ず届けてください。

提出がないと、支給延期や支給停止となりますのでご注意ください(公務員は勤務先へ提出してください)。

提出場所…子ども課(市役所2階)・各支所・駅前出張所(ラオカヤ1階)のいずれか
提出期限…6月30日(火)
提出するもの
 現況届…全員(押印必要)
 健康保険証のコピー…厚生年金加入者のみ

所得証明書…平成21年1月2日以降に岡谷市に転入した人のみ(前住所地の平成20年分所得および扶養証明書)

問合せ●子ども課(内線1264)

勤労青少年ホーム 夏の講座 受講生募集

対象者…市内在住・在勤の勤労青少年(39歳まで)の人
 受講料…1講座1,000円 ※負担金が別途かかる講座もあります。
 受付…各日午後6時から(先着順、定員になり次第締め切り)。受講料などを添えてお申し込みください。(電話での仮受け付けもします)

申込み・問合せ●勤労青少年ホーム ☎23-2201-24-3010

講座名	期間	時間	定員	会場
受付開始…6月29日(月) 午後6時～				
ゴルフABC	1期:7月13日～9月7日(7/20休み)〔月曜・全8回〕	午後7時～9時	25名	スワレイクサイドグリーン
	2期:9月14日～11月16日(9/21・10/12休み)〔月曜・全8回〕		25名	
ボクシング・フィットネス	7月13日～9月7日(7/20休み)〔月曜・全8回〕	午後7時30分～9時	30名	勤青ホーム
楽しくヨーガ	7月13日～9月7日(7/20休み)〔月曜・全8回〕	午後7時～8時30分	30名	諏訪湖ハイツ
日常英会話	7月13日～9月7日(7/20休み)〔月曜・全8回〕	午後7時～8時30分	15名	勤青ホーム
受付開始…6月30日(火) 午後6時～				
アクアピクス	7月15日～9月2日〔水曜・全8回〕	午後6時50分～8時15分	25名	市民屋内プール
魅力的“ハワイアンフラ”	7月14日～9月1日〔火曜・全8回〕	午後7時30分～9時	30名	勤青ホーム
MINAKOIわっさか踊り	7月14日～8月11日〔火曜・全5回〕	午後7時～8時30分	25名	勤労会館大会議室
リズムエクササイズ キャンプ	7月16日～9月10日(8/13休み)〔木曜・全8回〕	午後7時30分～9時	25名	勤青ホーム
第2弾プリザーブドフラワー	7月15日～8月12日〔水曜・全5回〕	午後7時～8時30分	15名	勤青ホーム
受付開始…7月1日(水) 午後6時～				
ピラテス	7月17日～9月11日(8/14休み)〔金曜・全8回〕	午後7時～8時30分	30名	市民総合体育館第2B会議室
「ゆかた」の着付けと センスアップマナー	7月15日～8月19日〔水曜・全6回〕	午後7時～9時	15名	勤青ホーム
さわやかクッキング	7月16日～8月27日(8/13休み)〔木曜・全6回〕	午後7時～9時	20名	勤青ホーム
ボールでフィットネス	7月17日～9月11日(8/14休み)〔金曜・全8回〕	午後7時～8時30分	25名	勤青ホーム
テニスに挑戦(硬式)	7月16日～9月10日(8/13休み)〔木曜・全8回〕	午後7時～9時	25名	市営庭球場

夏の学び舎

参加無料

今年も出前講座で暑い夏を!! 先人の足跡、活躍の舞台、歴史ロマンに思いをはせて教養豊かに、仲間づくりの輪を広げましょう。

時間…午前10時～11時30分(全5回)

会場…今井区公会所 大ホール

対象者…市内在住の人

定員…50名(定員になり次第締め切ります)

受付…6月15日(月) 午前9時から先着順で受付

※受付初日は、電話による受付は行いません。

受付会場…今井区公会所 ※全講座受講が原則です



日時	内容	講師(敬称略)
7月7日(火)	信州の歌(東歌・防人の歌)を詠む「万葉集」	上代文学会会員 遠藤 一雄先生
7月14日(火)	「一茶に学ぶ」	元 神明小学校校長 近藤 信也先生
7月21日(火)	古代における馬の生産地「岡屋牧」	元 岡谷蚕糸博物館職員 小口 圭一先生
7月28日(火)	琵琶湖周航の歌によせて「小口太郎の生い立ち」	生涯学習インストラクター 浜 善信先生
8月4日(火)	出前講座 私の健康「生活習慣病予防」	健康推進課職員

申込み・問合せ●今井区公会所 ☎22-2544
 イルプラザ・カルチャーセンター ☎24-8401

健康づくり講演会

もっとウォーキングを楽しもう!!

歩きがわかる! 歩きがかわる!
 ウォーキングトレーニング

ウォーキングを楽しく続けるコツなどを、実技を交えて講義。理想的なウォーキングフォームや、効果的なウォーキング術“スキルウォーク”についても学ぶことができます。お誘い合わせのうえ、ご参加ください。

日程…6月5日(金) 市民総合体育館
 6月18日(木) 湊小学校体育館
 7月2日(木) 岡谷西部中体育館
 7月9日(木) 岡谷東部中体育館

時間…午後7時～8時30分(4会場とも)

持ち物…室内用運動ぐつ・水分補給のための飲み物・タオル・運動のできる服装

講師…酒井 浩文先生(元 オリンピック競歩選手)
 昭和40年2月生まれ。オフィス酒井代表。NPO法人ウォーキング普及協会オウルプロ理事長。
 1988年ソウルオリンピック20キロ競歩代表。1991・94年世界選手権出場、1989・91年ワールドカップほか出場。

問合せ●健康推進課(内線1185)

パートナーシップ
おकाや

心豊かな 男女共同参画社会の実現をめざして
社員の子育て応援宣言！ ～登録企業訪問～

「社員の子育て応援宣言！」とは、仕事と子育てが両立できる職場づくりを広めるために、企業・事業所のトップに「働きやすい職場環境づくり」を宣言してもらう県の登録制度です。昨年12月に、南信地方の企業では初めて4社（うち岡谷市の企業は3社）が知事名の登録証を受けました。「パートナーシップおかや市民の会」では、男女共同参画おかやプランⅢの具体的な目標「働きやすい職場環境づくり」を推進するため、市内の登録企業を訪ね、登録の動機や内容などをお聞きしました。

◆マルゴ工業株式会社

- 1 就業規則に育児休業制度を整備し、より一層取得しやすい職場環境づくりを進めます。
- 2 育児休業取得者に対する社内情報の提供など、安心して職場に復帰できる体制を整えます。
- 3 男性の育児休業取得者が出るようにします。

「設計チームの女性技術者が、育児休業を取得することになり、一層育児休業が取得しやすい職場環境づくりを進め、能力のある人に長く勤めてもらえるように、宣言の登録をしま



した。能力のある人は男女に関係なく、重要な部署を担って活躍しています。現在、経理や資材手配・工程管理業務はすべて女性社員です。これからは社員の幸せを願うとともに、社会的企業価値についても考えていくことが必要ですね。」

育児休業中の女性の声…「会社の配慮に感謝しています。1年後、仕事と子育ての両立をすることに不安もありますが、会社の協力を得ながら、がんばって働き続けたいと思っています。」

◆信越ハーネス株式会社

- 1 出産、育児のため退職した社員の再雇用を推進する“お帰り採用”に取り組みます。
- 2 学校、保育園、幼稚園などの行事参加のため“子育てお役立ち休暇”として、有給休暇のほかに年3日の特別休暇を設けます。
- 3 “父母（ババママ）の育児デー”として第1、第4水曜日をノー残業デーとします。

「社長（女性）の子育て体験から、出産、育児のために退職した人の復帰希望に応えようと『お帰り採用』を実施。仕事上

役立つ資格は会社負担で積極的に取得してもらっていますので、社員の習得した技術が無駄にならないようにという思いもあります。『子育てお役立ち休暇』は入学、卒業式などに利用されています。『ノー残業デー』は、お父さんも早く帰って、家庭の時間をつくってほしいという願いから取り入れました。パート勤務の場合は、保育園や幼稚園の時間に合わせ、柔軟な働き方ができるようにしている“子育てお母さんに優しい会社”です。」



◆マルヤス機械株式会社

- 1 ノー残業デー（毎週水曜日、給料支払日）の実施率を93%以上に向上させます。
- 2 小学校就学前の子を持つ社員を対象に、短時間勤務制度の一層の利用促進に取り組みます。
- 3 特別休暇として設けた育児関連休暇の利用を促進するとともに、新たな項目の追加も検討します。

「女性社員は全体の約1割ですが、設計をはじめほとんどの部署で活躍しています。働きやすい環境づくりは企業の責任と考え、特に子育て支援に関しては、ここ数年で制度の新設や改善など、充実を図ってきました。『ノー残業デー』の現在の実施率は92%、今後はさらに達成率100%をめざします。女性の育児休業取得率は現在まで100%。また、男性の育児関連休暇の取得も増加傾向にあります。『短時間勤務』は現在女性1人が利用しています。登録以前から子育て支援は行っていましたが、応援宣言をしたことにより社員の意識も変わってきました。今後も男女問わず制度を有効活用できるよう会社としても支援をしていきます。」



岡谷市は女性の就業率が高い地域ではありますが、少子高齢化による労働人口の減少を考えると、女性の労働力はますます必要になると思われます。企業のイメージアップや優秀な人材確保のためにも、この制度をおおいに利用し「両立支援」の企業が増えることを期待しています。

男女共同参画に関する問合せ ● 企画課（内線1528）