



# 大切なあなた

保健推進課 ☎61-3316

## 個別歯科健康診査について

市では、下記の個別歯科健康診査を実施しています。ぜひこの機会に歯と口腔の健康チェックをして日ごろの生活習慣を見直しましょう。受診票を紛失した人は各問い合わせ先に連絡ください。

事業	幼児(フッ素塗布) 歯科健康診査	妊婦 歯科健康診査	成人(歯周疾患検診) 歯科健康診査	後期高齢者 歯科健康診査
対象	2歳・2歳半の幼児	妊婦	40歳・50歳になる人	76歳になる人
通知方法	1歳6カ月健診時	母子健康手帳交付時	郵送済み	郵送済み
問い合わせ先	子育て世代包括支援センター ☎66-8288		保健推進課 ☎61-3316	
コメント	久慈市は3歳児の虫歯有病率が高く、5人に1人(令和2年度)が虫歯です。幼児歯科健康診査・フッ素塗布を受け、むし歯予防に取り組みましょう	妊娠中は歯周病になりやすく、早産や低出生体重児になる可能性もあります。生まれてくる赤ちゃんのためにもお母さんの口腔の健康が大切です	歯を失う原因1位の歯周病は、動脈硬化を進行させ、脳梗塞や虚血性心疾患(狭心症や心筋梗塞)などを引き起こすといわれています。また、認知症の発症・悪化にも関係することが分かってきました。口腔の健康は、全身の健康に関係します。80歳で20本歯がある人に贈られる8020表彰を目指しましょう(13ページ参照)	

## こころとからだの健康づくり活動団体の紹介

### 特定非営利活動法人 サロンたぐきり

▶所在地…久慈市栄町37-78-1

人との関わり合いを意識し、ふれあい助け合いのまちづくり推進を図る活動しながら、自殺対策や被災地支援のための啓蒙活動を行っている団体です。



### こころとからだの相談センター

眠れない、食欲が出ないなど、いつもと違う心身の不調を感じたり、不安や悩みを抱えていませんか。一人で抱え込まないで、一緒に話をしましょう。お気軽に問い合わせください。

▶所在地…保健センター  
川崎町 11-1

▶連絡先…☎ 0194-53-3652

◇電話相談…平日 9時～12時

◇対面相談…平日 9時～12時

### すこやかルーム～一時預かり～

ゆっくり子育ての話をしたい、通院やイベントなどで子どもを預けたいなど、お困りの時にご利用ください。保育士や看護師、保育サポーターが対応します。

▶預かり場所…栄町37-78-10

▶連絡先…☎0194-75-3790

▶開所日時…月曜日から金曜日 9時～16時  
年末年始・お盆期間はお休みです

▶対象…おおむね生後6カ月から6歳(就学前)

▶予約…前日16時まで、連絡をしてください

### 関合理事長からひとこと

地域とさまざまな関わり合いを持ちながら、助け合いを心がけて活動しています。サロンたぐきりでは、いつでも皆さんの心の相談や子育ての応援をしています。スタッフ一同、お待ちしております♡



# 市税などが Pay Pay で納付可能になります

固収納対策課 ☎52-2368

1月から市税・各種料金が、スマートフォンのアプリで納付できます。水道料金や下水道使用料は4月から導入予定です。

スマートフォンのアプリで支払いができる市税・各種料金

- ・市県民税(普通徴収)
- ・固定資産税
- ・軽自動車税
- ・国民健康保険税(普通徴収)
- ・後期高齢者医療保険料(普通徴収)
- ・市営住宅使用料
- ・市営住宅駐車場使用料
- ・定住促進住宅使用料
- ・保育所保育料、利用料
- ・学校給食費



### ステップ1



アプリのホーム画面にある「スキャン」をタップします

### ステップ2



納付書のバーコードを読み取ります

### ステップ3



支払金額を確認し「支払う」をタップ

### ステップ4



納付が完了しました

### 納付手続きの前に必ず確認してください

- ・納付手続き完了後、納付の取り消しはできません
- ・次の納付書は取り扱いができません
  - ①使用期限が過ぎたもの
  - ②バーコードの印字が無いもの
  - ③バーコードが読み取れないもの
  - ④納付書1枚当たりの金額が30万円を超えるもの
  - ⑤金額を訂正したもの
- ・スマートフォン決済による納付は、領収書が発行できません。納付の履歴はアプリの「利用明細」で確認ください
- ・スマートフォン決済で納付した場合、領収印のない納付書が手元に残ります。納付手続き完了後の納付書に納付年月日をメモして保管するなど、二重納付に注意してください
- ・領収書や軽自動車税の納税証明書(車検用)が必要な場合は、スマートフォン決済を利用せず納付書裏面に記載の金融機関、コンビニエンスストア、市役所などの窓口で納付してください
- ・納税証明書の発行には、納付から1週間程度かかる場合があります。納付後すぐに納税証明書が必要な場合は、スマートフォン決済を利用せず、納付書裏面の、市役所などの窓口での納付や、市役所に領収書を持参し、納税証明書の交付を申請してください
- ・クレジットカードを利用した支払いには対応していませんのでご注意ください