

**国民健康保険料の納付は口座振替をご利用ください**

国民健康保険料の納付は便利で確実な口座振替をご利用ください。次の対象金融機関のキャッシュカードがあれば、口座届出印がなくても区役所や総合支所の窓口で国民健康保険料の口座振替の申し込みができます。

●対象金融機関 〓七十七銀行、仙台銀行、杜の都信用金庫、ゆうちょ銀行 ●受付窓口 〓区役所・宮城総合支所保険年金課、秋保総合支所保健福祉課 ●申し込みに必要なもの 〓キャッシュカード、国民健康保険の通知書番号が分かるもの(保険料の通知書、領収書等) ●口座名義人本人による手続きが必要で、●金融機関窓口で口座振替依頼書により申し込みもできます

〓区役所・宮城総合支所保険年金課、秋保総合支所保健福祉課 (☎は10ページ)

**募集**

市民活動サポートセンター「事務用ブース」使用団体追加募集

●使用期間 〓令和3年2月1日～8月31日(最長3年まで更新可) ●対象 〓継続的に市民活動をを行い、市内に専用の事務所

**国民健康保険料の納付は口座振替をご利用ください**

国民健康保険料の納付は便利で確実な口座振替をご利用ください。次の対象金融機関のキャッシュカードがあれば、口座届出印がなくても区役所や総合支所の窓口で国民健康保険料の口座振替の申し込みができます。

●対象金融機関 〓七十七銀行、仙台銀行、杜の都信用金庫、ゆうちょ銀行 ●受付窓口 〓区役所・宮城総合支所保険年金課、秋保総合支所保健福祉課 ●申し込みに必要なもの 〓キャッシュカード、国民健康保険の通知書番号が分かるもの(保険料の通知書、領収書等) ●口座名義人本人による手続きが必要で、●金融機関窓口で口座振替依頼書により申し込みもできます

〓区役所・宮城総合支所保険年金課、秋保総合支所保健福祉課 (☎は10ページ)

**仙台市公式動画チャンネル**  
チューブ  
**せんだいTube**

仙台市の魅力や、市政に関するさまざまな情報を分かりやすく伝える動画をYouTubeで配信しています。

<https://www.youtube.com/channel/UC10yr8HUK8s9MhBli6uxxOg>

◆会見・メッセージ  
 市長定例記者会見や臨時で開催する会見、市長からのメッセージ

◆仙台の魅力  
 観光スポットや四季折々のイベントなどの仙台の魅力あふれる動画

◆東日本大震災からの復興  
 ドローンで撮影した沿岸部の映像など

◆安全安心、環境など  
 災害に関する備えやごみの出し方などの市政に関する情報

問広報課☎214・1148

**国民健康保険料は納期限までに納めましょう**

国民健康保険料は、国民健康保険制度を支える大事な財源です。必ず納期限までに納付してください。失業などにより納付にお困りの方は、減免等の制度がありますので、お早めにご相談ください。

**泉区に病児保育施設が開所します**

11月2日から泉区に病児保育施設が開所します。事前登録や利用申し込みについては、直接

**11月はねんきん月間です**

国民年金保険料を納めないまま放置すると、将来、老齢基礎年金を受け取ることができなくなったり、いざというときの障害基礎年金や遺族基礎年金を受け取ることができない場合がありますので、必ず納めましょう。

●ご本人の申請手続きによって納付が免除または猶予される制度があります。この機会にご確認ください。

**健康お役立ちレシピコンテスト**

テーマに沿って自宅で作った料理のレシピを写真と一緒に応募ください。優秀作品は市が発行する「健康お役立ちレシピ集」などに掲載するほか、入賞者にはクオカードを贈呈します。

メタボ解消野菜たっぷりワンプレートレシピ	血管いたわり減塩レシピ	1回の食事で野菜が120グラム以上	調理法・味が工夫がされた	減塩調味料	調味料が工夫がされた
主菜・副菜・主食・デザート	主菜・副菜・主食・デザート	100g以上	工夫がされた	工夫がされた	工夫がされた

応募条件  
 市内にお住まいか、通学している方で、他のコンテストやインターネットで公表すること

申す役所本庁舎1階市民のへや、区役所、総合支所等で配布する応募用紙(市ホームページからダウンロード可)に写真を添えて12月18日までに 問健康政策課☎214・3894

**市民健診の取組をお知らせ**

市が実施する市民健診のうち、胃がん・子宮頸がん・乳がん・大腸がん検診および基礎健診の追加申し込みの締め切りは11月30日(必着)です(肺がん・結核健診、前立腺がん検診の受け付けは終了しました)。申し込み案内は、お住まいの区の区役所、総合支所などで配布しています。また、インターネットでも申し込みができます。すでに受診券をお持ちの方は、忘れずに受診しましょう。

問区役所家庭健康課、総合支所保健福祉課(☎は10ページ)

**障害のある児童の入園募集**

●募集施設 〓なかよし学園(宮城野区鶴ヶ谷5-22-1)、なのはな園(太白区郡山6-7-1) ●対象 〓障害のある、おむね3歳以上で、毎日通園が可能な児童各30人程度(在園児を含む) ●募集期間 〓11月1日～令和3年1月31日 ●入園は令和3年4月 ●申し込み方法など詳しくはお問い合わせください 問「青葉区・宮城野区・泉区」北部発達相談支援センター☎375・0182、〔若林

**新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ**

おも「想いやり宣言」ポスターやステッカーで、感染予防の意識を高めよう

感染拡大を防ぐには、自らの感染を予防することはもちろん、周囲の人にも気遣う「想いやり」の心が大切です。会社とお店、お客さまがどちらも「感染しない・させない」気持ちを持って、感染予防に努めましょう。

**会社・お店が気を付けること**

- 〇接客時および定期的な手洗い・消毒
- 〇検温をはじめとした従業員の健康管理
- 〇マスクまたはフェースガードの着用
- 〇よく触れる場所の定期的および使用後の消毒
- 〇十分な換気
- 〇ソーシャルディスタンス



STOP! コロナ

**お客さまが気を付けること**

- 〇来社・入店時の手指消毒
- 〇咳エチケットの励行やマスクの着用
- 〇ソーシャルディスタンス
- 〇大きな声で話さない
- 〇飲食時のグラス、食器、箸などの使いまわし禁止
- 〇検温および名前や連絡先の記録協力

※ポスターやステッカーは、仙台商工会議所ホームページ<https://www.sendai-cci.or.jp/>からダウンロードできます

問経済企画課☎214・8275

**地下鉄・市バスにおける感染症対策**

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、地下鉄・市バスでは、下記の感染症対策を実施しています。地下鉄・市バスをご利用の際には、感染予防へのご協力をお願いします。

**ご利用の際のお願い**

- 〇マスク着用などの咳エチケット
- 〇会話はなるべく控える
- 〇車内混雑緩和のための地下鉄の分散乗車
- 〇時差通勤

**地下鉄・市バスの感染防止対策**


- 〇定期的な車内の消毒や抗ウイルス処置(12月下旬までに全車両完了予定)
- 〇窓の開放や換気装置による車内の換気
- 〇交通局ホームページでの車内混雑状況のお知らせ
- 〇主要駅や定期券発売所等へのアルコール消毒液の設置や飛沫感染防止対策の実施

問交通局総務課☎712・8305

**定期的に住宅用火災警報器を点検しましょう**  
 —11月9日～15日は「秋の火災予防運動」

この機会に、ご自宅の住宅用火災警報器の点検をするなど、改めて身の回りの「火の用心」に気を付けましょう。

◆住宅用火災警報器  
 住宅用火災警報器は、住宅における火災の発生を未然または早期に感知し、警報する設備です。消防法により、全ての住宅に設置が義務付けられています。



▲住宅用火災警報器

◆点検方法  
 本体の引きひもを引くタイプや、ボタンを押すタイプなど、機種によって異なります。購入時に、点検方法について確認しておきましょう。また、定期的(月1回程度)に、警報器が鳴動するか点検しましょう。

◆交換時期  
 警報器は、古くなると電子部品の寿命などで火災を感知しなくなる場合があります。10年を目安に交換しましょう。

問消防局予防課☎234・1111

**仙台すくすくサポート事業**

区・太白区 〓南部発達相談支援センター☎247・3825

入会説明会  
 ●日時 〓12月12日(土)午前10時～11時15分 ●会場 〓市役所本庁舎8階ホール ●対象 〓子どもを預けたい方(利用時間に応じた費用がかかります)と、預かることができる方 ●託児有り(1歳～3歳6カ月。要申し込み) ●申電話またはファクス(参加者の氏名と電話番号、託

児希望の方は子どもの氏名、年齢も記入)で協力会員募集  
 子どもを預かる子育て支援活動に参加する方を募集します。

●対象 〓市内にお住まいの健康な20歳以上の方で、入会説明会、面接および講習会を受講できる方。資格は不要です ●活動内容 〓保育施設への送迎やその前後の預かり等 ●報酬有り ●詳しくはお問い合わせください ※いずれも申・問仙台すくすくサポート事業事務局☎214・5001、FAX214・8610