

平成
23年度

心身障害者一般巡回相談 の実施について

北海道立心身障害者総合相談所では、道内各地域にお住まいの方のために、「一般巡回相談」を行っています。釧路市で開催する日程が決まりましたのでお知らせします。

次に該当し、相談を希望する方は下記係までお気軽に連絡してください。

例

- ① 18歳以上で療育手帳の更新時期が近づいている方、または過ぎてしまった方
- ② 18歳以上で療育手帳の交付を受けたい方
- ③ 総合相談所による直接判定が必要な補装具をお求めの方
- ④ 上記のほか、生活上の悩みや問題などの原因が障がいによるものと思われる方

- 第1回 5月24日(火)～25日(水)
- 第2回 8月9日(火)～10日(水)
- 第3回 10月18日(火)～19日(水)
- 第4回 平成24年1月17日(火)～18日(水)

■申し込み・問い合わせ■

役場住民課社会福祉係

(1階②番窓口 ☎485-2111内線132)

ほっかいどう・おくすり 情報室の開設について

近年の高齢化社会の進展による疾病構造の変化やセルフケアの流れの中において、今まで病院・診療所向けであった胃腸薬などが市販薬として薬局で販売されるなど、医薬品の関心が増大しています。

薬の飲み合わせや副作用などのさまざまな問い合わせに対応するため、(社)北海道薬剤師会内に「ほっかいどう・おくすり情報室」を開設し、医薬品などに係る相談業務を行っています。

■相談内容／

- 薬の飲み合わせ
- 薬の服用、保管方法
- 薬の効能、効果
- 化学物質、家庭用品に関する情報 など



■問い合わせ／

ほっかいどう・おくすり情報室
(☎011-815-0093)

- 設置場所…北海道薬剤師会内
- 受付時間…月～金曜日
午前9時～正午、午後1～4時
(土・日曜日、祝日は除く)

※事前に電話予約が必要です。

飲んで美味しい牛乳を
さらに美味しく食べてもらいたい!

牛乳を食べよう!



J-milkホームページより提供

作り方

- ① 鶏もも肉は12切れに切って塩、こしょうを振る。
- ② かぶは半分に、たまねぎは4つに切る。にんじんは長さを3等分し、太い方を縦半分に切る。スナップえんどうはすじを取り下ゆでしておく。
- ③ クリームチーズと水を合わせて電子レンジで1分加熱し、Aを混ぜる。
- ④ オリーブ油でにんじん、鶏もも肉を炒め、かぶとたまねぎを炒め合わせる。湯800mlと顆粒スープの素を加え、中火で20分煮る。
- ⑤ 煮汁で③を溶きのぼして鍋に戻し、スナップえんどうを加えて5分煮て、塩、こしょうを振る。

今月のレシピ 春待シチュー

材 料

■4人分

鶏もも肉	1枚	水	大さじ1
塩、こしょう	少々	スキムミルク	大さじ6
かぶ	4個	A 薄力粉	大さじ3
たまねぎ	1個	塩	小さじ2/3
にんじん	2本	顆粒スープの素(洋風)	
スナップえんどう	100g		小さじ2
クリームチーズ	50g	オリーブ油	大さじ1

「国民年金保険料学生納付特例制度」について

現在、大学（大学院）、短大、専修学校などに在学する20歳以上の学生で、本人の前年所得がおおよそ118万円以下の方は、申請により在学中の保険料が猶予される「学生納付特例制度」があります。

学生納付特例を申請する場合は、年金手帳・印かん・在学証明書または学生証の写しを持参し、下記問い合わせ先にお越しください。申請は毎年必要です。

- 学生納付特例期間中に不慮の事故などで障がいが残った場合、障害基礎年金が支給される場合があります。
- 学生納付特例を受けた期間は、将来受給できる老齢基礎年金の受給資格期間（年金を受給するために必要な期間）には算入されますが、年金額には反映されません。
- 学生納付特例期間の保険料は、10年以内であれば、古い期間から順に納付が可能です。（承認を受けた年度の来年度から起算して、3年度目以降は、当時の保険料に一定の金額が加算されます。）

国民健康保険の保険証が届きます

現在お持ちの保険証の有効期限は、4月30日(土)までです。新しい保険証は、4月20日ごろ（地区によって配達時期が異なります）に簡易書留により郵送します。新しい保険証が届きましたら、現在お持ちの保険証を処分してください。

また、国民健康保険税の滞納などで「役場窓口での保険証の更新」の通知があった世帯は、郵送されません。



国保の喪失の届け出はお済みですか？

本町にお住まいで国民健康保険に加入している方が、職場の健康保険（被用者保険）に加入した場合は、「国保喪失の届出」をする必要があります。この手続きをしないと、不要な国保税が発生しますので注意してください。

■手続きに必要なもの／

印かん、国保の保険証、職場でもらった保険証など

■問い合わせ／役場住民課年金保険係（1階④番窓口 ☎485-2111 内線128）

町立病院からのお知らせ

☆今月の外科医師／横尾 英樹 医師
（専門分野：一般外科、肝臓、すい臓、胆のう）

標茶町立病院 ————— ☎485-2135

URL <http://www.town.shibecha.hokkaido.jp/hospital/>

☆お願い／

- 町立病院の医師を確保するためにも、緊急に診断・治療が必要な方を除き、できるだけ通常時間帯の受診をお願いします。

☆小児科診療受付時間／



	一般診療			予防接種	
	午前の部	午後の部		13:00～13:30	15:00～15:45
	8:45～11:00	13:45～14:20	13:00～14:30		
4日(月)	●	休診		●	
11日(月)	●	●		●	
18日(月)	●	●		●	
25日(月)	●		●		●
26日(火)	●	休診		休診	