

国際医療福祉大学が開催

市民公開講座

日時=8月24日(月) 午前9時30分～11時

会場=国際医療福祉大学成田キャンパス
公津の杜校舎

テーマ=聞こえないのは年齢のせい？～
放っておけない難聴と認知症予防

講師=山本弥生さん(同大学言語聴覚学
科講師)

対象=50歳以上の人

定員=50人(先着順)

参加費=無料

※申し込みは同大学総務課(☎20-770
1)へ。

平成ノブシコブシの徳井健太さんによる

「僕、ヤングケアラーでした。」講演会

ヤングケアラーとは、本来、大人が担
うとされている家事や家族の世話などを
日常的に行っている子ども・若者のこと
です。

お笑いコンビ・平成ノブシコブシの徳
井健太さんがヤングケアラーをテーマに
講演を行います。

日時=9月12日(土) 午後2時～3時30分

会場=もりんぴあこうづ

定員=180人(先着順)

入場料=無料

申込方法=成田市介護保
険事業者連絡協議会
ホームページから申し
込む



成田市介護保険事業者
連絡協議会ホームページ

※くわしくは同協議会事務局(玲光苑・
☎24-2164)へ。

朝から元気に

夏休みラジオ体操

早朝から体を動かして気持ちの良い1
日を始め、夏休み中の生活リズムを整え
ませんか。

日時=7月27日(月)～31日(金)、8月24日(月)
～28日(金) 午前6時30分～6時40分(雨
天中止)

会場=重兵衛スポーツフィールド中台陸
上競技場

参加費=無料

※参加を希望する人は当日直接会場へ。
くわしくは重兵衛スポーツフィールド
中台体育館(☎26-7251)へ。

介護予防教室を開催

うなうなシャキっと元気塾

認知症・フレイル(虚弱)・ロコモティ
ブシンドローム(運動器症候群)を予防す
るための総合的なプログラムです。

いつまでも元気に過ごせるように、参
加してみませんか。

対象=市内在住の65歳以上の人

参加費=無料

会場での受講

会場と日時(各全13回)

①赤坂ふれあいセンター…9月2日～12
月9日の水曜日(9月23日、11月4日
を除く) 午前10時～11時30分

②成田エアポート東雲パークゴルフ場…
9月2日～12月9日の水曜日(9月23日、
11月4日を除く) 午後2時～3時30分

③豊住公民館…9月3日～11月26日の
木曜日 午前10時～11時30分(9月3
日は豊住ふれあい健康館)

定員=①30人②③各20
人

申込方法=介護保険課
(☎20-1545)へ。専用
フォームからも申し込みます



専用フォーム

オンライン配信での受講

期日=8月3日～2月25日の月・木曜日
(全60回)

定員=100人(先着順)

申込方法=専用フォーム
から申し込む



専用フォーム

※くわしくは介護保険課
へ。

CDやテープで聞ける

声の広報

視覚障がいのある人を対象に、音訳グ
ループ・さくら草の皆さんが広報なりた
や市議会だよりを音訳し、CDやテープ
に収録した「声の広報」を無料で郵送して
います。

また、市ホームページにも音声ファイ
ルを掲載しています。



広報なりた



市議会だより

※くわしくは障がい者福祉課(☎20-15
39)へ。

献血にご協力ください

【イオンモール成田】

7月18日(土) 午前10時～11時30分、午
後1時～4時30分

【成田市役所】

7月21日(火) 午前10時～11時45分、午
後1時～4時

※くわしくは千葉県赤十字血液センター
千葉港事業所事業課(☎043-241-833
2)へ。

一般健康相談

【こころの健康相談(予約制)】

8月5日(火)・19日(火) 午後1時30分～2時
30分、午後3時～4時(19日は午後1時30
分～3時)

※会場は保健福祉館です。予約・詳細は
健康増進課(☎27-1111)へ。

成田市 医療相談ほっとライン

専門の医療スタッフが、24時間年中無休、
無料で相談に応じます。

☎0120-24-1130

日曜祝日診療機関

都合により休診する場合があります。
来診前に電話で問い合わせてください。

成田病院(午前中・押畑・☎22-1500)

藤倉クリニック(第2・4日曜日の午前中・
幸町・☎22-1158)

ひらの内科(日曜日の午前中・ウイング土
屋・☎23-8070)

なりた内科・脳神経内科(日曜日の午前中・
ウイング土屋・☎33-7342)

なのはなクリニック(日曜日と祝日の午前
中・吉岡・☎49-0533)

成田国際空港クリニック(空港内・☎050-
3196-5701)

成田国際空港第2クリニック(日曜日・空港
内・☎070-3349-8080)

急病診療所

☎27-1116

赤坂1-3-1(保健福祉館敷地内)

受付日時	診療科目
毎日(休診日なし)	内 科
午後7時～10時45分	小児科
日曜日、祝日、振替休日、8月13日 ～15日、12月29日～1月3日	内 科
午前10時～午後4時45分	小児科
	外 科
祝日(日曜日を除く)、振替休日、8月 13日～15日、12月29日～1月3日	歯 科
午前10時～午後4時45分	

※症状や年齢によって対応が難しい場合があ
ります。電話は受付時間の15分前から受け
付けていますので、事前に連絡してください。

福祉と健康

Health and Welfare

体を動かしてリフレッシュ

スポーツ施設のイベント

ヨガやピラティスなど、初めての人でも安心して参加できる教室です。

9月は水上ヨガや水中ウォーキングなども行います。

対象＝16歳以上の人

参加費(1回当たり)＝市内在住・在勤・在学の人500円、そのほかの人600円(保険料など)

申込方法＝市スポーツ・みどり振興財団ホームページで開催日時・会場を確認し、同ホームページにあるオンライン予約システムから申し込む



市スポーツ・みどり振興財団ホームページ

申込開始日＝8月3日(月)

※くわしくは重兵衛スポーツフィールド中台体育館(☎26-7251)へ。

国際医療福祉大学成田病院が開催

糖尿病教室

「糖尿病のことが気になっている」「毎日の食事や予防法を知りたい」など糖尿病について疑問に思っていることはありませんか。

生活習慣を見直すきっかけづくりとして、糖尿病ではない人や健康に関心のある人も参加できます。

日時＝7月25日(土) 午後1時～3時

会場＝国際医療福祉大学成田病院

内容＝糖尿病の予防や治療、食事、運動などについて、医師・看護師・薬剤師・管理栄養士・リハビリテーションスタッフなどが分かりやすく解説する

講師＝山賀政弥さん(同病院糖尿病・代謝・内分泌内科医師)ほか

定員＝50人(先着順)

参加費＝無料

申込方法＝同病院(☎35-

5600)へ。専用フォー

ムからも申し込めます

※くわしくは同病院へ。



専用フォーム

講義と実習を通して

意思疎通支援者養成研修

失語症の人とのコミュニケーション方法などを身に付けます。

内容と日時(全11回)

○オンライン講義…9月13日(日)、10月4日(日)、11月1日(日)・15日(日) 午後1時～4時20分

○実習…9月6日・20日、10月11日・18日、11月8日、12月6日の日曜日 午前10時～午後4時20分(このほかに福祉施設での実習1回あり)

会場＝赤坂ふれあいセンター

対象＝県内在住・在勤・在学の18歳以上で研修終了後に支援者として活動できる人

定員＝30人(応募者多数は選考)

参加費＝無料

申込方法＝8月15日(土)までに専用フォームから申し込む



専用フォーム

※くわしくは千葉県言語聴覚士会(☎080-7187-2524)へ。

国民年金保険料の免除制度

納付が困難な場合は申請を

令和8年度の国民年金保険料は月額1万7,920円です。将来年金を受け取るためには、保険料を一定期間きちんと納める必要があります。しかし、失業や災害などによる経済的な理由で納付が困難な場合は、申請することで保険料の全額免除や一部免除などを受けることができます。

申請は、保険料の納付期限から2年以内に行うことができます。ただし、本人・配偶者・世帯主の前年の所得が、それぞれ一定額以下であることが必要です。

免除制度の適用を受けた場合は、本来納めるべき保険料の一部を国が負担することで、受け取る年金額の計算に算入されます。保険料の免除や猶予を受けず、未納のまま放置すると、将来の年金やいざという時の障害年金、遺族年金が受けられない場合があります。また、一部免除制度を利用した場合でも、納めるべき一部保険料が未納だと、その期間は受給資格期間と年金額に算入されないのので注意してください。

その他の免除制度

○納付猶予制度…50歳未満の人が対象(本人・配偶者の所得審査があります。年金額を計算する際には、この期間は算入されません)

保険年金課



- 学生納付特例制度…学生が対象(本人の所得審査があります。年金額を計算する際には、この期間は算入されません)
- 法定免除…障害年金や生活保護を受けている人が対象(年金額を計算する際には、国の負担に相当する額が算入されます)
- 産前産後免除…産前産後の人が対象(年金額を算出する際には、対象期間の保険料を納付したものととして算入されます)

※くわしくは保険年金課(☎20-1547)または、ねんきんダイヤル(☎0570-05-1165)へ。