

内容 日時 所会場 対象 定員 料金 講師 その他 申込み 詳細 申込みがない場合は料金・申込み不要（入館料が必要な場合あり）。抽選の記載がなければ先着順。に開始日の記載がないものは、既に受け付けを開始しています

3月は自殺対策強化月間です

国、地方公共団体、関係団体等が連携して「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向けて、相談事業および啓発活動を推進しています。一人で悩まず相談してみませんか。保健予防課25・6364

国保特定健診・後期高齢者医療健診は3月31日(火)まで!

健診では20種類以上の病気のリスクがわかります。8,000円相当の検査を500円または無料で受けることができます。年に1度は健診で健康チェックをお勧めします。受診券を紛失した方はご連絡ください。



- 特定健診＝国民健康保険加入者
- 後期高齢者医療健診＝後期高齢者医療制度加入者
- 国民健康保険課25・9841、後期高齢者医療健診は25・8536

福祉コラム その電話、もしかして詐欺かも!?

還付金詐欺にご注意を

「医療費や保険料の還付金があり、締切りが今日までです」「後で金融機関から電話があるので手続きをしてください」など、市職員を騙る不審な電話や訪問があったという相談が多数寄せられています。還付金の受け取りのために、公的機関や金融機関の職員がATMの操作を求めたり、高額なプリペイドカードの購入を求めたりすることは絶対にありません。不審な電話や訪問があった場合は、担当課までお問い合わせください。

還付金は、まず文書を郵送します

還付金の受け取りで次のようなことは絶対にありません!

- 金融機関から手続きの電話がくる
- ATMでの手続きを求める
- 文書ではなく、電話や訪問だけで手続きをする
- 還付手続きの締切りを理由に、市から電話や訪問をする



【詳細】国民健康保険の医療費の還付は国民健康保険課25・6247、保険料の還付は納税管理課25・5917、後期高齢者医療制度は国民健康保険課25・8536、介護保険料は介護保険課25・5356

認知症サポーター養成講座

認知症を学びみんなで考える

4/15(水)10:00~11:30

所ときわ市民ホール(5の4)

定20人 他受講者にオレンジバッジ、またはオレンジカードを配布 申込み右の申込みフォームまたは旭川市社会福祉協議会90・1449



自閉症啓発デーに考える “声にならない意思”をどう守るか ~権利擁護と親亡き後の支援

自閉症などの発達障害の特性を知り、当事者が社会で自分らしく暮らすための配慮や支援を考える講演会

4/4(土)13:00~15:00

所おびつた(宮前1の3) 定100人

講師旭川市立大学保健福祉学部教授 長濱章雄さん

申込み3/27(金)までに右の申込みフォームまたは世界

自閉症啓発デー旭川実行委員会35・2780、

asahikawa.jiheisyokeihatsu@gmail.com



健康

胃・肺・大腸がん巡回検診

実施日	受付時間	会場
4/15(水)	9:00~10:00	末広八区会館(末広1の12)
4/15(水)	9:00~10:00	末広交友会館(末広4の10)
4/16(木) 4/21(火)	9:00~10:00	末広みつわ会館(末広6の6)
4/17(金)	9:00~10:00	北斗町内会館(末広6の3)
4/20(月)	9:00~10:00	春光台公民館(春光台3の3)
4/21(火)	9:00~10:00	末広公民館(末広1の2)
4/22(水)	9:00~10:00	東鷹栖公民館第一分館(末広3の7)
4/23(木) 4/24(金)	9:00~10:00	春光台地区センター(春光台3の5)

申込み不要。持ち物や検診料等は問い合わせを。大腸がん検診は、当日会場で受け付け。後日指定の場所へ便を提出 ※旭川がん検診センター(末広東2の6 53・7111)でも受診可。希望者は同センターに申込みを。

健康推進課25・6315

夜間・休日の当番医は

北海道救急医療情報案内センター

一般電話からはフリーダイヤル 0120・20・8699

携帯電話からは 011・221・8699

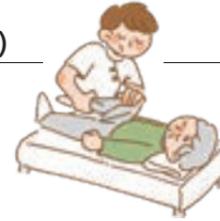
国民健康保険料・後期高齢者医療保険料が年金から引き去りになる方へ

4月から、新たに各保険料が年金から引き去りになる方には、3月下旬に引き去り時期や保険料のお知らせを送付します。既に年金から引き去りになっている方(口座振替の申込みをした方を除く)の4月・6月・8月引き去り分の保険料は、原則2月引き去り分と同額です。

※8月の保険料は変更の場合あり。国民健康保険課25・6247、後期高齢者医療被保険者は25・8536

あん摩・はり・きゅうの助成券を交付(令和8年度分)

市が指定した、視覚障害がある、あん摩マッサージ指圧師・はり師・きゅう師から施術を受ける場合に、500円の助成券を年間8枚交付(使用は1回につき1枚)



市内に住む70歳以上の方(昭和32年4/1までに生まれた69歳の方を含む)

受付・交付・使用期間 4/1(水)~来年3/31(水)

交付場所 長寿社会課(7の9 総合庁舎2階)、各支所・出張所、東部まちづくりセンター(豊岡3の3)

持ち物 住所・氏名・生年月日が確認できる身分証明書 長寿社会課25・6457

点訳奉仕員養成講習会(全35回)

点字の読み書きなどの基礎を学ぶ

5/13~来年3/10の水曜日13:30~15:30

定30人 申込み4/30(木)までに旭川点字図書館(7の14 23・5555)

点字講習会(全35回)

5/14~来年3/11の木曜日10:00~12:00

視覚障害がある方

定15人 申込み4/30(木)までに旭川点字図書館(7の14 23・5555)

福祉・健康

夜間急病センターの場所・診療時間

市立旭川病院2階(金星町1) 25・0297 午後10時~午前7時30分



介護119番(高齢者虐待通報・相談窓口)…… 25・9119

心の健康に関する催し

①断酒会員によるお酒の悩み相談(予約不要)

4/2(木)13:00~14:30

所総合庁舎4階(7の9)

飲酒やアルコール依存等に関してお困りの方とその家族



②精神科医師による心の健康に関する相談(予約制)

4/28(火) 所総合庁舎4階(7の9)

精神科・心療内科への通院歴がない方とその家族



他②事前に保健師の個別相談あり

②保健予防課25・6364

①保健予防課25・6364

福祉・保険

令和8年度の介護保険料

65歳以上の方の令和8年度の年間保険料は、7月中旬に送付する納入通知書で確認してください。

特別徴収の方の介護保険料		
4月	仮徴収	原則、今年2月と同額を引き去り ※8月の保険料は変更の場合あり
6月		
8月		
10月	本徴収	7月に確定する年間保険料から仮徴収分を引き、残額を3回に分けて引き去り
12月		
来年2月		

65歳以上の方で、2月に支払われた年金から引き去り(特別徴収)された方は、原則として4月・6月・8月にも同額の保険料が引き去りされます。

なお、4月には徴収額の通知書を送付しません。年金から引き去りされない方は、7月~来年2月の計8回を納付書または口座振替で納めてください。

介護保険課25・5356