

内容 日時 所会場 対象 定員 料金 講師 その他 申込 詳細 ホームページ 申がない場合は料金・申込不要（入館料が必要な場合あり）。抽選の記載がなければ先着順。申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

腸管出血性大腸菌感染症（O157等）にご注意を

O157やO26等に感染すると激しい腹痛や下痢などの症状が出るほか、重い合併症を引き起こす場合があります。次のことに注意しましょう。
 ●調理前や食事前、排せつ後、汚物の処理後などは、流水と石けんで手を洗う ●肉類は75℃以上で1分以上加熱し、中心部まで火を通す ●調理器具等の衛生管理を徹底する
 ※1日に何度も水様便等の症状がある場合は、早めに医師の診察を受けましょう。

ダニ媒介感染症にご注意を

マダニは森林や草地などに生息し、活動が盛んになる春から秋にかけて咬まれる危険性が高くなります。ウイルスや細菌を持つマダニに咬まれると、感染症を発症することがあります。次のことに注意しましょう。
 ●草地などに入るときは長袖・長ズボン・帽子・手袋を着用し、肌の露出を少なくする
 ●屋外活動後は、マダニに咬まれていないか十分確認する
 ●マダニを寄せ付けけない効果のある虫よけを、補助的に使用する
 ※咬まれたときは無理に取らず、皮ふ科や外科に相談しましょう。受診時には、いつ、どこで咬まれたかを医師に伝えてください。また、咬まれてから数週間程度は体調の変化に注意し、発熱等があった場合はすぐに受診してください。

保健予防課

歯科受診が困難な方の
口や歯に関する電話相談を受け付けています

旭川歯科医師会が運営している旭川地域歯科医療連携室では、寝たきり等で通院が困難な方の歯科治療や口腔ケアに関する相談、訪問歯科診療の申込みを受け付けています。家族や介護サービス施設・事業所等の関係者、医療関係者の皆さんなどからの相談に、歯科衛生士が対応します。気軽に相談してください。
 相談内容 歯の痛み、歯茎の腫れ、入れ歯が合わない、うまく食べられない、うまく口腔ケアができない、食事介助が難しい、食事に時間がかかるなど
 何らかの事情で、歯科受診が困難な方など
 相談電話 旭川地域歯科医療連携室
 受付日時 月～金曜日（祝日・お盆・年末年始を除く）の10：00～15：00
 保健総務課

8020高齢者の歯のコンクール

令和7年4／1現在80歳以上（昭和20年4／1以前に生まれた方）で自分の歯が20本以上ある方の中から、特に歯が健康な方を表彰
 8／29(金)（必着）までに、住所・氏名・生年月日・電話番号を、はがきに記入し、上川中部地域歯科保健推進協議会（総合庁舎4階 健康推進課内）

お手元の健康保険証の有効期限をご確認ください！

8／1(金)以降に、旭川市国民健康保険被保険者証は使えなくなります（令和6年12／1までに発行された保険証は、保険証に記載されている有効期限まで使えます）。8／1(金)以降は下記のとおりとなります。
 マイナ保険証が資格確認書で医療機関等を受診してください。

マイナ保険証をお持ちの方

「資格情報のお知らせ」を7月末までに送付します。医療機関受診時はマイナ保険証で受診してください。マイナ保険証に対応していない医療機関ではマイナ保険証と一緒に資格情報のお知らせを提示してください

マイナ保険証をお持ちでない方

「資格確認書」を7月末までに送付します。医療機関受診時は資格確認書で受診してください

国民健康保険課

新しい後期高齢者医療資格確認書を送付します

7月末までにマイナ保険証の保有状況にかかわらず、今までの被保険者証の代わりとなる新しい資格確認書を送付しますので、マイナ保険証が資格確認書で医療機関等を受診してください。
 国民健康保険課

70～74歳の国民健康保険被保険者へ

負担割合が3割の方で、収入金額が基準以下の方は、申請により負担割合が変更になります。
 該当する可能性がある方には、申請書を送付していますので、確認してください。なお、市で合計収入額を確認でき、判定の結果が2割負担となる場合は申請不要です。
 国民健康保険課

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
 8／20(木)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
 右の申込フォームまたは旭川市社会福祉協議会

市民後見人養成研修説明会

7／29(火)18：00～20：00
 所ときわ市民ホール（5の4） 他8／30(土)から開催予定の養成研修を受講する方は参加が必要
 成年後見支援センター

健康

市民公開講座「当院の消化管がんの治療について～体に負担の少ない治療を目指して」

消化管がんの内視鏡治療、腹腔鏡手術・ロボット手術に関して
 7／26(土)10：00～11：30
 所市立旭川病院（金星町1）
 地域医療連携課

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

介護保険負担限度額認定のお知らせ

居住費（滞在費）の
基準額が変わります

右の表のとおり8／1(金)から第2段階および第3段階①の基準額が80万9千円に変更となります

★＝短期入所（ショートステイ）利用時の金額
 施設①＝特別養護老人ホーム（地域密着型特養を含む）・短期入所生活介護
 施設②＝介護老人保健施設・介護医療院・短期入所療養介護
 ※年金収入額には非課税年金（遺族年金・障害年金）も含む。
 ※第2号被保険者の預貯金等の基準額は1,000万円（夫婦は2,000万円）以下。

介護保険負担限度額認定証の申請・交付

右の表の各利用者負担段階に該当する方は、申請により、介護保険負担限度額認定証が交付されます。この認定証を介護保険施設（短期入所を含む）に提示すると、食費と居住費（滞在費）が軽減されます。今年度（8／1～来年7／31）の認定証を希望する方は、8／29(金)までに申請してください。申請には本人と配偶者の印鑑や預貯金通帳の写し等が必要です。
 申請先 介護保険課（総合庁舎2階）、各支所
 【詳細】介護保険課

7／16～31は介護保険料「普通徴収」の方の第1期の納期です

7月中旬に、65歳以上の方へ今年度の介護保険料納入通知書を送付します。

介護保険料の減免と支払いの猶予

災害や失業、長期入院、その他特別な事情で保険料の納付が困難な場合は、保険料の減免や支払猶予を申請することができます。
 65歳以上 介護保険課（総合庁舎2階）

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

利用者負担段階・限度額（日額）

第1段階 生活保護受給者または世帯全員と配偶者が市民税非課税で、預貯金等が1,000万円（夫婦は2,000万円）以下の老齢福祉年金受給者

食費	居住費	施設①	施設②
300円 (300円★)	ユニット型個室	880円	880円
	ユニット型個室的多床室	550円	550円
	従来型個室	380円	550円
	多床室	0円	0円

第2段階 次のいずれにも該当する方
 ●世帯全員と配偶者が市民税非課税 ●預貯金等が650万円（夫婦は1,650万円）以下 ●本人の年金収入額＋その他の合計所得金額が年額80万9千円以下

食費	居住費	施設①	施設②
390円 (600円★)	ユニット型個室	880円	880円
	ユニット型個室的多床室	550円	550円
	従来型個室	480円	550円
	多床室	430円	430円

第3段階① 次のいずれにも該当する方
 ●世帯全員と配偶者が市民税非課税 ●預貯金等が550万円（夫婦は1,550万円）以下 ●本人の年金収入額＋その他の合計所得金額が年額80万9千円超120万円以下

食費	居住費	施設①	施設②
650円 (1,000円★)	ユニット型個室	1,370円	1,370円
	ユニット型個室的多床室	1,370円	1,370円
	従来型個室	880円	1,370円
	多床室	430円	430円

第3段階② 次のいずれにも該当する方
 ●世帯全員と配偶者が市民税非課税 ●預貯金等が500万円（夫婦は1,500万円）以下 ●本人の年金収入額＋その他の合計所得金額が年額120万円超

食費	居住費	施設①	施設②
1,360円 (1,300円★)	ユニット型個室	1,370円	1,370円
	ユニット型個室的多床室	1,370円	1,370円
	従来型個室	880円	1,370円
	多床室	430円	430円

福祉・保険

盲ろう者通訳・介助員養成講座の受講者を募集

視覚・聴覚の両方の障害がある方を対象に派遣している、「盲ろう者通訳・介助員」を養成する講習会の受講者を募集します。

9／13(土)～10／19(日)の土・日曜日（全8回）
 所北海道道民活動センター かでの2・7（札幌市中央区北2の西7） 定3人 料4,000円程度（交通費・宿泊費別途） 申7／31(木)までに障害福祉課

7月は愛の血液助け合い運動月間

献血場所 きたさいと 北彩都あさひかわ献血ルーム
(宮下通7 イオンモール旭川駅前4階 ㉓25・5660)
受付時間 10:00~13:00、14:00~18:00
詳 医務薬務課㉓25・9815

8月・9月は「あさひかわ食育推進月間」

食育スローガン 「おいしいものをおいしく食べよう～食は生きる力」 旭川は米をはじめとした農畜産物など、地域の新鮮な「おいしいもの」に恵まれ、四季折々の旬の食材を楽しめます。食べ物に感謝の気持ちを込めて、家族や仲間と一緒においしく食べましょう。
詳 健康推進課㉓23・7816



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**
㉓8/7(木)13:00~14:30
所 総合庁舎4階(7の9)
対 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旭川自死遺族わかちあいの会 **新規のみ予約制**
㉓8/8(金)13:30~15:00
所 市民文化会館(7の9) 対 自死遺族の方
- ③精神科医師による
心の健康に関する相談 **予約制**
㉓8/27(水) 所 総合庁舎4階(7の9)
対 精神科・心療内科への通院歴がない方とその家族
他②③事前に保健師の個別相談あり
申②③保健予防課㉓25・6364
詳①保健予防課㉓25・6364



その他

シニアゲーム体験会

内 初めてでもできるPCゲームや体を使ったゲームの体験
㉓ 毎週月・火・木・金曜日12:00~15:00 対 60歳以上
定 各5人 料 1時間につき500円
講 健康ゲーム指導士 所 申 ICTパーク「トレーニングジム」(3の8)に来館で受け
詳 ICTパーク㉓85・6232



高齢者文化祭の作品を募集

対 市内に住む60歳以上の方
募集作品 絵画、書、工芸品、写真(出品は原則として今年制作した作品。2部門まで可。ただし、1部門1人1点。審査対象は1点に限る)
出品方法 11/26(水)10:00~15:00に、市民文化会館展示室(7の9)へ持参
展示期間 11/28(金)~12/1(月)10:00~16:00、12/2(火)9:00~12:00
展示場所 市民文化会館展示室 他 優秀作品には表彰あり。
詳細は市HPで確認を 詳 長寿社会課㉓25・6457

指定難病等医療受給者証の更新

「特定医療費(指定難病)」 「特定疾患」 「スモン」の医療受給者証の有効期限が令和7年9/30(火)、同年12/31(火)の方は、9/30(火)までに更新手続きが必要です。
詳 保健予防課㉓25・6364

胃・肺・大腸がん巡回検診

実施日	受付時間	会場
8/4(月)	9:00~10:00	第2豊岡団地集会所(豊岡5の1)
8/4(月)	9:00~10:00	愛宕共生町内会館(豊岡11の5)
8/5(火)	9:00~10:00	愛宕小学校(豊岡8の6)
8/6(水)	9:00~10:00	さくらおか幼稚園(旭町1の16)
8/6(水)	9:00~10:00	大町小学校(大町1の1)
8/7(木)★	9:00~11:00	豊岡地区センター(豊岡11の3)
8/8(金)	9:00~10:00	旭神みどり野会館(旭神2の4)
8/20(水)	9:00~10:00	啓明地区センター(南5の25)
8/21(木)	9:00~10:00	ニュー金の湯(南1の26)
8/23(土)	9:00~10:00	おびった(宮前1の3)
8/26(火)	9:00~10:00	中央公民館(5の20)

★印の日は国保特定健診・後期高齢者医療健診も受診可。事前に申込みが必要
他 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、当日会場で受付し、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 ㉓53・7111)でも受診可。希望者は同センターに申込みを。
詳 健康推進課㉓25・6315

特定健診・後期高齢者医療健診とがん検診のセット型健診

㉓ 8/7(木)
所 豊岡地区センター(豊岡11の3)
申 実施日の1週間前までに旭川がん検診センター㉓53・7111
詳 国民健康保険課㉓25・9841、
後期高齢者医療健診は㉓25・8536



食事と健康展「血糖値が高めと言われたら」

内 ポスター展示
㉓ 8/4(月)~15(金)9:00~17:00
(15(金)は16:00まで)
所 詳 市立旭川病院栄養給食科(金星町1 ㉓24・3181)

健康イベント あさしお適塩ライフ

減塩食品の試食、うす味みそ汁の試飲、適塩や野菜摂取のアドバイスなどを通して、適切な量の塩を摂取するための食生活に関して学びませんか?
㉓ 8/22(金)11:00~13:00
所 コープさっぽろシーナ店(永山3の15)
詳 健康推進課㉓23・7816

