

国民年金保険料の追納ができます

国民年金保険料の全額免除・一部免除（一部納付済の方に限る）・納付猶予・学生納付特例の承認を受けた期間は、保険料の全額を納めた場合と比べて、将来受け取る年金額が少なくなります。

免除等の承認を受けた期間は、10年以内（65歳未満で老齢基礎年金の受給を開始する前）であれば、あとから保険料を納めること（追納）で、年金額を増やすことができます。ただし、免除された年度の翌年度から数えて3年度目以降に追納する場合は、当時の保険料額に加算金がつきます。

保険料の追納を希望する場合は、年金手帳をお持ちのうえ、保険年金課国民年金係（市庁舎1階）で手続きしていただくか、八王子年金事務所へお問い合わせ下さい。いずれの場合も後日、八王子年金事務所から納付書が届きますので、銀行・郵便局等の金融機関・コンビニエンスストアで納期内に納めて下さい。

問 保険年金課 ☎724・2127、八王子年金事務所 ☎042・626・3511

介護川柳を募集します

介護する方、される方、介護の仕事をしている方の励みや笑顔になるような「介護」をテーマとした川柳（基本的に5・7・5調の17音で構成された作品）を募集します。

対 市内在住、在勤、在学の方
申 川柳（1人3作品まで）・雅号（ペンネーム）・応募者住所・氏名・電話番号・職業（学生の場合は学校名と学年）を明記し、10月12日まで（必着）にハガキ、郵送、FAXまたはEメールで町田市介護人材開発センター（〒195-0074、山崎町2055-2-C-111、☎851・9579 info@machida-kjkc.jp）へ。

【注意事項等】

- 作品は未発表で、自作のものに限ります。
- 政治・宗教に関する内容、公序良俗に反する内容、他人を誹謗中傷する内容、個人情報の記載がある場合は採用しません。
- 応募作品は返却しません。
- 採用作品は、10月26日開催の「第12回 町田市医療・介護・福祉研究大会～アクティブ福祉in町田'18」の

会場に掲示するほか、町田市介護人材開発センターホームページ等に掲載・公表する予定です。採用した作品の著作権は応募者に帰属しますが、同センターが無償かつ自由に使用させていただきます。

○採用作品の展示等では、雅号（ペンネーム）を公表します。雅号の記載がない場合は「匿名希望」として公表します。

○すべての採用作品を掲載できない場合もあります。

○採用作品の応募者には、記念品を差し上げます。

※詳細は、町田市介護人材開発センター（☎851・9578、受付時間＝祝休日を除く月～金曜日の午前9時～午後5時）へ。

問 いきいき総務課 ☎724・2916

大地沢青少年センター～2019年4月分の

利用受付開始

対 市内在住、在勤、在学の方が過半数のグループまたは個人

対 10月6日午前8時30分から電話で同センター（☎782・3800）へ。

※当日の午前8時30分～午後1時の受付分は抽選、午後1時以降は申し込み順に受け付けます。

※4月9日、16日、23日、30日は利用できません。

催し・講座

アレルギー教室

【アレルギー専門医が教える！食物アレルギーとアトピー性皮膚炎のために明日からできること】

対 市内在住の食物アレルギーやアトピー性皮膚炎の心配がある乳幼児の保護者

日 10月9日（火）午後2時～4時

場 健康福祉会館

対 食物アレルギーとアトピー性皮膚炎に関する基礎講話、アトピー性皮膚炎のスキンケア実演

講（独）国立病院機構相模原病院小児科・永倉頭一医師

定 50人（申し込み順）

申 9月19日正午～30日にイベントダイヤル（☎724・5656）またはイベシスコード180919Cへ。保育希望者（1歳6か月児～3歳児、申し込み

順に16人）は併せて申し込みを。

問 保健予防課 ☎722・7996

健康づくり講習会

【キレイで健康なからだを保つ～骨と筋肉の健康づくり】

対 市内在住の18～64歳の方

※6月に開催した同講習会へ参加した方はご遠慮下さい。

日 ①10月4日（木）午前10時～正午 ②10月12日（金）午前10時～午後1時、全2回

場 健康福祉会館

対 ①骨の健康度測定（希望者のみ）、骨と筋肉の健康づくりの講話（保健師）、体操（スポーツトレーナー）②栄養士による調理実習と食生活の話

定 24人（申し込み順）

費 500円（食材費）

申 9月19日正午～30日にイベントダイヤル（☎724・5656）またはイベシスコード180919Aへ。

問 保健予防課 ☎722・7996

精神保健福祉講演会

高齢者の精神疾患～理解と対応

日 10月30日（火）午後2時30分～4時30分

場 健康福祉会館

講 東京都多摩総合精神保健福祉センター副所長・橋本直季医師

定 80人（申し込み順）

申 9月19日正午～10月22日にイベントダイヤル（☎724・5656）また

はイベシスコード180919Dへ。

問 保健予防課 ☎722・7636

お食事ともだちをつくろうシリーズ 軽体操と調理実習

家庭でも実践しやすい簡単な体操と町田産野菜を使った「まちだすいとん」の調理実習でお食事ともだちをつくってみませんか。

対 市内在住の50歳以上の方

日 10月17日（水）午前10時～午後1時30分

場 忠生市民センター

講 町田市食育ボランティア

定 20人（申し込み順）

費 500円（食材費）

申 9月20日正午～10月8日にイベントダイヤル（☎724・5656）またはイベシスコード180920Eへ。

問 保健予防課 ☎722・7996

そらまめの会（多胎児の会）

母子健康手帳をお持ち下さい。

対 双子・三つ子等の多胎児を育てている方、出産予定の方やその家族

日 9月25日（火）午前10時15分～11時15分（受け付け＝午前10時～10時15分）

場 忠生地域子育て相談センター（山崎保育園内）

対 保護者同士の交流、情報交換、手遊び等

問 保健予防課 ☎725・5127

国際版画美術館 ヨルク・シュマイサー 終わりになき旅

問 イベントダイヤル ☎724・5656、同館 ☎726・2771、0860

ヨルク・シュマイサーは、世界を舞台上に活躍したアーティストです。ドイツに生まれ、日本に学び、オーストラリアを拠点に各地を旅した彼は、その経験を美しい多色刷り銅版画で描きました。約180点の作品を通して、世界を巡った彼の旅を追体験してみませんか。

会期 11月18日（日）まで

休館日 月曜日（ただし、9月17日、

24日、10月8日は開館し、9月18日、25日、10月9日は休館）

開館時間 火～金曜日＝午前10時～午後5時、土・日曜日、祝休日＝午前10時～午後5時30分（いずれも入場は閉館の30分前まで）

場 同館企画展示室1・2

観覧料 一般800円、高校・大学生・65歳以上400円、中学生以下無料 ※9月15日、11月3日は無料です。

関連催事

【講演会～シュマイサーと日本】

高校生以上は本展観覧券（半券可）が必要です。

日 10月20日（土）午後2時～3時30分

場 同館講堂

講 版画家・黒崎彰氏

定 120人（先着順）

【特別ギャラリートーク】

当日有効の観覧券をお持ちのうえ、企画展示室1入り口にお集まり下さい。

○シュマイサーが訪ねた地

日 ①9月23日（祝）②9月29日（土）③11月4日（日）、いずれも午後2時から40分程度

対 ①南極②インド・ラダック③オーストラリア・アーネムランド
講 ①国立極地研究所准教授・橋田

元氏②写真家

・山本高樹氏

③神戸大学教授・窪田幸子氏

○シュマイサーの技法

日 11月11日

（日）午後2時か

ら40分程度

講 版画家・小野修平氏

【学芸員によるギャラリートーク】

当日有効の観覧券をお持ちのうえ、企画展示室1入り口にお集まり下さい。

日 10月14日（日）、27日（土）、いずれも午後2時から40分程度



ヨルク・シュマイサー「故宮への入口・北京」1981年、個人蔵

10月は乳がん予防月間です

ピンクリボン in 東京・町田市2018

問 健康推進課 ☎725・5178

現在、女性の11人に1人は乳がんにかかると言われていています。早期の乳がん発見には、マンモグラフィによる検診が有効です。日頃から自己触診を行い、40歳を過ぎたら2年に1回は乳がん検診を受けましょう。

このたび、10月の乳がん予防月間にあわせ、東京都と共催で、乳がん予防イベントを開催します。会場をまわってスタンプを集めた方にオリジナルグッズ（数量限定）をプレゼントします。

日 10月28日（日）午前10時～午後1時30分

場 町田市民フォーラム3階ホール・視聴覚室

○講演会・トークショー

乳がん専門医による講演の後、乳がん経験者も登壇し、クイズ形式のトークショーを行います。

時間 午前11時～午後0時45分

講 聖マリアンナ医科大学プレスト&イメージングセンター院長・福田護医師、モデル・藤森香衣氏

定 180人（申し込み順）

申 10月21日までにイベントダイヤル（☎724・5656）またはイベシスコード180914Bへ。

同時開催

○ミニ企画展「まちだゆかりの作家～赤瀬川原平・岡崎和郎・中里育」

会期 12月24日（振休）まで

場 同館常設展示室

○友の会20周年記念講演会「一台

の木製印刷機をめぐって」

友の会会員以外の方もご参加いただけます。

日 10月7日（日）午後2時～3時30分

場 同館講堂

講 版画家・中林忠良氏

定 100人（先着順）