

# 早期発見・治療に向けて 乳がん検診



市では乳がん検診を行います。予約制となりますのでご注意ください。

予約受付開始日  
1月16日(月)から

申込方法

電話にて希望の日程、時間をお伝えください。

対象者

・平成29年4月1日現在、40歳以上で偶数年齢の女性

料金 1,500円

※ただし、次の方は無料です。  
・70歳以上の方

・65歳以上で後期高齢者医療被保険者

・女性特有のがん検診推進事業で無料クーポンをお持ちの方

・下田市検診等徴収金免除証明書(非課税世帯に交付されます)をお持ちの方

## 注意事項

- ・ペースメーカーを装着している方や、妊娠中、授乳中、豊胸手術などをした方は受診できませんので、詳しくはお問い合わせください。
- ・検査方法の都合上、背が曲がっている、支えが無ければ背を伸ばして立っていただけない方は受診を避けてください。
- ・生理1週間前の受診は避けてください。

## 申込・問合せ先

市民保健課健康づくり係  
(窓口⑤) ☎22217

日程表	会場
2月1日(水)	道の駅開国下田みなと
2月2日(木)	市民ギャラリー2
2月3日(金)	白浜公民館
2月4日(土)	下田市役所
2月6日(月)	賀茂医師会館
2月7日(火)	賀茂医師会館
2月8日(水)	稲生沢公民館
2月9日(木)	稲梓基幹集落センター
2月10日(金)	(午前のみ)田牛区集会場前
2月11日(土)	下田市役所
2月12日(日)	(午後のみ)市民文化会館
2月14日(火)	市民文化会館
2月15日(水)	市民文化会館
2月16日(木)	河内公会堂
2月17日(金)	須崎漁民会館
2月18日(土)	賀茂医師会館
2月19日(日)	賀茂医師会館
2月21日(火)	県下田総合庁舎
2月22日(水)	朝日公民館
2月23日(木)	
2月24日(金)	
2月25日(土)	賀茂医師会館
2月27日(月)	
2月28日(火)	
3月1日(水)	(午前のみ)賀茂医師会館
3月2日(木)	市民文化会館
3月3日(金)	市民文化会館

受付時間 9時~11時・13時~14時

# 防災 かわら版

本部立ち上げ訓練に参加しました



11月20日、下田災害ボランティアコーデイネートの会による「災害ボランティア本部立ち上げ訓練」に参加しました。賀茂地区と同様の活動をする団体や市の職員約60人が参加し、災害時の本部運営方法や、各地から集まるボランティアへの対応手順について学びました。

## 防災講演会を開催しました

11月29日、下田市民文化会館小ホールにて、防災講演会を開催しました。講師に、名古屋大学減災連携研究センター長の福和伸夫教授をお招きして、「過去の地震に学び現状を点検し今後の震災に備える」と題して講演していただきました。

今回の講演会には多くの自主防災会長、消防団員が参加し、家具固定と家庭内備蓄の重要性が再認識されました。

## 地域防災訓練を実施しました

12月4日、「地域防災の日」に合わせて、市内の各自主防災会会で地域防災訓練が行われました。



今年の訓練では、消火訓練

## 防災連絡会議に出席しています

毎年、地域防災訓練の前に4つの中学校区で行われている防災連絡会議に出席しています。

自主防災会の役割や避難場所としての学校の役割などについて、各地区の自主防災会長や教職員等を交えて意見交換をしており、地域防災課としては、各地区から寄せられる質問や要望の聴取、地域防災訓練への参加のお願いをするなど、地域の方と情報共有をしています。

## 問合せ先

地域防災課防災係  
(窓口⑩) ☎364145

## 日露通好条約調印の地「下田」を走ろう

# 「北方領土の日」記念史跡めぐりマラソン大会

日時 2月7日(火)  
10時スタート  
コース 長楽寺〜玉泉寺(往復)  
約5・1km



競技区分 一般の部(高校生以上の男女)  
中学生の部(中学生の男女)

## 参加資格

身体強健な中学生以上の方  
表彰 各部門の入賞者には、賞状などのほか、北海道根室産の鮭が贈られます。

申込方法 総務課窓口へ



## 交通規制にご協力を!

- 10時のスタートから約1時間コース周辺では交通規制が行われます。皆さまのご協力をお願いします。
- みなと橋は、一時通行できなくなります。
- 道の駅開国下田みなとと伊豆漁業協同組合下田市魚市間、山側1車線は走者専用となります。一般車は通行できません。
- 国道135号のまどが浜遊園地入口から柿崎三叉路までの海側1車線は走者専用となり、一般車の通行はできなくなります。
- 柿崎三叉路から玉泉寺入口までの間は、一時通行できなくなる場合があります。

「北方領土の日」記念下田の集い実行委員会(総務課内)  
☎22211

# 助けあい、支えあう 「年金」って とっても大事 20歳になったら国民年金 資格取得届と 学生納付特例



20歳で年金？  
知っていますか？

日本国内に居住している20歳以上60歳未満の方は、国民年金の被保険者となります。

20歳になれば、一部の方(厚生年金保険加入者またはその配偶者に扶養されている方)を除き、国民年金第1号の加入手続が必要で、毎月保険料を納めなければなりません。

20歳の誕生日の前月または当月月上旬に年金機構から送られる「国民年金被保険者資格取得届書」に必要事項を明記し、市民保健課国保年金係(窓口③)またはお近くの年金事務所へ提出してください。

また、保険料を納めること

が難しいときは、納付猶予制度や学生納付特例制度の申請書を同時に提出することもできます(学生納付特例制度の申請をされる場合は、学生であることの証明が必要です。学生証のコピー、または在学証明書の原本を事前にご用意ください)。

後日、「年金手帳」と「国民年金保険料納付書」がお手元に届きます。

年金手帳は保険料納付の確認や将来年金を受け取る際に必要ですので、大切に保管してください。

保険料は金融機関のほか、コンビニエンスストアでの納付、電子納付、口座振替やクレジットカード納付も可能です。

※納付書は保険料の免除を申請した方にもお送りしています。

※学生納付特例が承認された期間の保険料は、10年以内であれば、古い期間から順に納付できます(追納)。追納した期間は、保険料を全額納付した場合と同じ扱いとなります。

## 問合せ先

市民保健課国保年金係  
(窓口③) ☎23922