

国民年金

国民年金保険料産前産後期間は 保険料が免除になります

国民年金第1号被保険者の出産予定日または、出産日の前月から国民年金保険料が4カ月間免除されます。

また、多胎妊娠の場合は、出産予定日の3カ月前から、国民年金保険料が最大6カ月間免除されます。

対象者は、出産日が平成31年2月1日以降の人です。

なお、出産予定日の6カ月前から届出可能です。

産前産後期間の免除制度は、保険料が免除された期間も保険料を納付したのものとして、受給額に反映されます。

※出産とは、妊娠85日(4カ月)以上の出産をいいます(死産、流産、早産された人を含む)

【申請に必要なもの】

- ・ 出産予定日が分かる書類(母子健康手帳など)
※出産日以降の申請の場合は不要です
- ・ 個人番号確認書類(マイナンバーカードなど)
- ・ 本人確認書類(運転免許証など)

● 問い合わせ/役場保険医療係

釧路年金事務所 ☎0154-25-1521

子育て

赤ちゃんを迎える人のための『ハローベビー教室』

問い合わせ
健康推進係
53-3333

妊娠期にある妊婦さんやその家族が赤ちゃんを迎える準備をしながら、育児のイメージを持つことができるように、『ハローベビー教室』を行います。保健師、管理栄養士、保育士、子育て経験者と情報交換をしながら一緒に準備をしませんか？妊婦さん同士が知り合うきっかけにもなります。

妊婦体験ジャケットや沐浴練習の希望があれば個別に対応もできますので、予約時にお知らせください。

● 日時/10月28日(火)10時から11時30分

● 場所/子育て支援センター(コアぽんとさくら内)

● 対象/町内在住の妊婦とその家族

● 申し込み/健康推進係

● 締め切り/10月21日(火)まで

小児科医から学ぶ 子どもの湿疹とスキンケア

問い合わせ
健康推進係
53-3333

赤ちゃんや小さなお子さんの肌はデリケートです。

今回の講座では、町立厚岸病院佐々木院長を講師に招き、よくある子どもの湿疹の種類、受診した方がいいサインやタイミング、家庭でできる

福祉

あみかで乳がん・子宮頸がん検診を実施します

問い合わせ
健康推進係
53-3333

厚岸町で乳がん・子宮頸がん検診を受けられる貴重な機会です。受診対象となる人は、無料で検診が受けられますので、ぜひ受診してください。

● 検診日/11月19日(水)

● 締め切り/10月27日(月)

● 料金/無料

※定員になり次第、申し込み締め切り前でも受付を終了することがあります。

※令和6年度に町の検診を受けた方は助成の対象外となります。

受診項目	受付時間	受診対象者
乳がん	8時30分、9時、9時30分、10時、10時30分、12時30分、13時、13時30分、14時	乳・大腸がん：40歳以上
子宮がん		子宮頸がん：20歳以上
大腸がん		

じゃらん全国1,230箇所の道の駅を対象としたアンケート調査から
“道の駅厚岸グルメパーク”が

『今度利用してみたい道の駅ランキング2025』第1位に選ばれました！



厚岸味覚ターミナル

コンキリエ

厚岸郡厚岸町住の江2丁目2番地
電話 0153-52-4139 (ヨイミカク)

ホームページ <https://www.conchiglie.net/>



コンキリエスペシャルクーポンでさらにお得！
牡蠣をはじめ魚介たっぷりのアツアツメニュー！

石鍋あんかけ

1,800円税込

サラダ・スープ付

10月の定休日は
6日(月)、14日(火)
20日(月)、27日(月)



営業時間が変わります

本館営業時間 午前10時から午後6時まで

※各店舗詳しい営業時間はコンキリエホームページをご覧ください。