11月30日（いいみらい）は「年金の日」

ご自身の年金記録や年金見込額を確認し、将来の生活設計について考えてみませんか。「ねんきんネット」をご利用いただくと、パソコンやスマートフォンからいつでもご自身の年金記録を確認できるほか、さまざまな条件を設定した上で年金見込額を試算することもできます。

「ねんきんネット」は、マイナポータルまたは日本年金機構のホームページからログインできます。詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。

▲詳しくはこちらへ

◎問い合わせ先
市民課　市民係　☎内線163

特定健診（個別健診）の受診期限は11月30日まで

■対象　40歳～74歳の国保加入者
※4月中旬に受診券を郵送済み

■受診料　無料（費用を全額補助）

■受診方法
垂水市内の医療機関へ予約を行い、11月30日（月）までに受診してください。

※受診券を紛失された方は、市民課国保係までご連絡ください。

◎問い合わせ先
市民課　国保係　☎内線140

特定計量器定期検査

取引または証明に使用されている特定計量器は定期検査を受ける義務があります。

■日程
・12月1日（火）10時30分～14時　新城地区公民館
・12月2日（水）10時30分～11時30分　松ヶ崎地区公民館
13時～14時30分　協和地区公民館
・12月3日（木）10時30分～14時30分　垂水市公設地方卸売市場
・12月4日（金）10時30分～14時30分　垂水市公設地方卸売市場

■手続きについて
①前回（令和6年）受検事業所については、事業所管理表（事前調査票）を送付いたしますので、ご確認ください。
②新規事業者・廃止事業者の方や計量器に変更がある場合は、手続きが必要なのでお問い合わせください。

◎問い合わせ先
水産商工観光課　商工業推進係　☎内線266

Pick Up 2

パブリックコメントを実施します

パブリックコメント制度とは計画や条例などの内容を事前に公表し、市民の皆様からご意見・ご提案をいただき、それらを参考に意思決定を行う手続きです。皆様の声を市政に反映させる大切な機会ですので、ぜひご活用ください。

【第２期垂水市スポーツ推進計画（骨子案）】
垂水市スポーツ推進計画が令和８年度で終了することから、これまでの進捗状況を把握するとともに、国の第４期スポーツ基本計画を参酌しながら、スポーツを通じた社会課題の解決や、生涯を通じてスポーツを継続できる環境の実現に向けた『第２期垂水市スポーツ推進計画』の策定を進めていきます。

■ 募集期間　11月2日（月）～12月1日（火）

■ 公表場所
市ホームページ、市役所ロビー、牛根支所、新城支所、垂水市市民館

■ 意見提出方法
①持参（公表場所または担当課）
②郵送　〒891-2104　垂水市田神3000
③FAX　0994-32-3888
④メール
08-7 @ po.city.tarumizu.kagoshima.jp
⑤専用フォーム

■ 計画に関する問合せ先
社会教育課 文化スポーツ係 ☎0994-32-3091

※本制度は政策の賛否を問うものではありません。また、集計結果はホームページ等で公表し、個別回答は行いません。



▲詳しくはこちらへ

問 企画政策課 政策推進係 ☎内線245

Pick Up 3

2人に1人

令和８年度 複合健診を実施します

▲予約はこちら

● 一生のうちに「がん」と診断される人の割合 ※注1
● 「生活習慣病」にかかる人の割合 ※注2

生活習慣病とは主に糖尿病、高血圧症、脂質異常症のことをいいます。生活習慣病は自覚症状がないまま進行し、脳出血や心筋梗塞、腎不全による透析など、重大な病気を引き起こします。

注１）独立行政法人国立がん研究センターホームページより　／　注２）令和７年度垂水市国民健康保険の医療費分析より

■複合健診とは
生活習慣病の予防と改善を目的とする「特定健診」などの健康診査と、がんの発見を目的とした「がん検診」を同じ会場で受診できます。今年度、まだ「特定健診」「長寿健診」「若年者健診」「胃がん検診」「肺がん検診」「腹部超音波検診」を受診されていない方は、この機会にぜひ受診してください。

■日程
12月3日（木）～4日（金）

■場所　垂水市市民館

■受診可能な健診等
○特定健診：無料
対象：40歳～74歳の国保加入者
○長寿健診：無料
対象：75歳以上または65歳～74歳の後期高齢者医療保険の加入者
○若年者健診：無料
対象：20歳～39歳の国保加入者
※今年度受診済の方、情報提供を行った方、人間ドック費用助成を受けた方は受診できません。
○胃がん検診／1,000円
○肺がん検診／無料
○腹部超音波検診／1,000円
※胃がん検診、肺がん検診、腹部超音波検診の対象は、40歳以上の市民となります。
※市民税非課税世帯の方、または70歳以上の方は、がん検診等は無料です。

■注意事項
①前日は、飲酒を控え、食事は就寝３時間前までに済ませてください。
水は飲んでも大丈夫ですが、当日の朝はコップ一杯程度の水としてください。
②当日の朝は、糖尿病治療薬については絶対に服薬しないでください。心臓病・高血圧治療薬は検査開始１時間前までに服薬してください。
③胃がん・肺がん検診の受診について
妊娠中・妊娠の可能性のある方は受診できません。また、ボタン等のない服装で貴金属類は外してください。
④腹部超音波検診の受診について
バスタオルを持参してください。
※肺がん検診のみの方は、①、②に該当しません。

■受診予約方法（10月30日(金)～11月12日(木)）
インターネットまたは電話による予約
※がん検診だけを受診する方は予約不要です。
８時30分～９時30分に会場へお越しください。

電話予約は、下記番号へお電話してください。
☎0570-048916（県民総合保健センター）
受付期間：10月30日（金）～11月12日（木）
（土日祝を除く）午前９時～午後５時

※特定健診は予約順に、がん検診は（事前に予約している場合でも）当日受付順の案内となりますので待ち時間が発生します。ご了承ください。

※がんも生活習慣病も、早期に発見し、適切な治療を受け、生活習慣の見直しができれば怖い病気ではありません。ぜひ、年に１回の健診（検診）を受けてください。

問 各種健診：市民課 国保係 ☎内線140 ／ がん検診：保健課 健康増進係 ☎内線138