

今年度も残り1か月、、、みなさまいかがお過ごしですか？
新年度に向けて体調を整えていくために、3月までに「けんしん」を受けましょう！
はじめに「けんしん」とは？

けんしん
健診

健康維持に必要不可欠！
健康診断のことで、自身の健康状態を確認し、病気を予防することを目的としています。

種類：職場の健診、学校健診、特定健康診査など

内容：身体計測、血液検査、尿検査、胸部X線など

けんしん
検診

特定の病気を発見するために行う検査
病気を早期発見し、早期治療につなげることを目的としています。

中でも代表的な検診は「がん検診」です。
種類：胃がん・大腸がん・肺がん・乳がん・子宮頸がん

大腸がん・肺がんは年に1回の受診推奨
乳がん・子宮頸がん・胃がんは2年に1回の受診を推奨しています。



忙しさなどから、つい後回しにしてしまうこともある「けんしん」
「かかりつけの先生いるからうけなくてもいいさあ」「薬のんでるからいいさあ」「痛くもかゆくもないから病院いかんでいいよお」と思う方もいるかもしれません。

なかでも『特定健診（生活習慣病に着目した健診）』は大切！

毎年続けることで数値の変化が見え、自分のからだの変化の気づきになり疾病予防・重症化を防ぐことができます。

R6年2月時点の健診受診率は国民健康保険加入者のみで25.81%

R5年度の特定健診は3月31日まで！！

まだ受けていない方ははやめに受診し、新年度に向けて準備をしていきましょう！

ちなみに、国民健康保険加入者の方は、健診結果の振り返り（健康福祉センターの保健師や管理栄養士による指導）を受けることができます！今年度の健診結果が気になる方、一緒に振り返りをしてほしい方は健康福祉センターまでご連絡ください



3月の各種相談窓口・母子保健事業

※中止となる場合がありますので、事前にご確認のうえご利用ください。

人権相談

毎月第2木曜日9時から正午 人権困りごと相談 会場：市役所平和協働推進課

平日8時半から17時15分まで、電話相談も受付けております。

みんなの人権110番 ☎ 0570-003-110 市役所平和協働推進課 ☎ 0980-82-1253

消費生活相談

毎週月曜・火曜・木曜日 市役所平和協働推進課 ☎ 0980-82-1253

法律相談

毎週水曜日9時半から正午（※事前予約が必要です。）市役所平和協働推進課 ☎ 0980-82-1253

行政相談

6日の14時～16時まで。電話相談もありますので、お急ぎの方はご利用ください。

《電話相談・きくみみ沖縄 ☎ 0570-090110》 市役所DX課 ☎ 0980-83-1672

健康相談

健診結果・健康についての相談に保健師・看護師が応じます。

◆川平保健指導所 1日、22日 10時～12時

◆登野城漁港 7日 9時半～11時半

◆伊原間保健指導所 11日、25日 10時～12時

◆公設市場 今月なし

◆市役所1階エレベーター前 7日 14時～16時

健康福祉センター ☎ 0980-88-0088

母子保健事業

※乳幼児健診、2歳2か月児歯科指導、離乳食実習、両親学級は全て予約制です。

◆3～4か月児健診 9日、16日

◆3歳児健診 14日、15日

◆9～10か月児健診 9日、16日

◆妊産婦・乳幼児保健相談 19日

◆1歳6か月児健診日 14日、15日

◆両親学級 6日、12日、13日、27日

◆2歳2か月児歯科指導 7日

◆離乳食実習 5日

【問合せ先】健康福祉センター ☎ 0980-88-0088

市立図書館からのお知らせ

春は進学・就職・転勤などで引っ越しが多い季節です。石垣市外へ転出する方は、石垣市立図書館のご利用が出来なくなりますので、利用者カードと借りている図書や雑誌、CD等を忘れずに図書館カウンターへ返却ください。市内転居でご住所が変わる方は変更届が必要となりますので図書館へお申し出ください。登録されている事項（氏名、住所、電話番号）が変わった場合は、ご本人であることと新しい住所や氏名が確認できるもの（運転免許証やマイナンバーカード等）を図書館カウンターにご提示の上、変更の手続きをお願いします。

【だっこDEおはなし会】

3月21日（木） 各回約30分

第1部：午前10時15分～午前10時45分（月齢1ヶ月～7ヶ月）

第2部：午前11時～午前11時30分（月齢8ヶ月～12ヶ月）

場 所：2階 和会議室

定 員：各部6組まで

※赤ちゃんと保護者が対象

※一週間前より申込み受付



【移動図書館こっかあら号】

◆第1・第3日曜日

9:30～10:00 伊野田公民館

10:45～11:15 明石公民館

12:00～12:30 平久保公民館

14:30～15:00 白保公民館

15:30～16:00 宮良公民館

◆第2・第4日曜日

9:30～10:00 下地公民館

10:45～11:15 吉原公民館

13:00～14:00 川平集落センター

14:30～15:00 崎枝公民館

15:30～16:00 名蔵公民館

◆第1水曜日

15:00～16:00 健康福祉センター

◆第2・第4水曜日

12:30～13:30 石垣市役所庁舎

【休館日】毎週月曜日・20日（春分の日）・29日（資料整理日）

※その他臨時休館となる場合があります。

【開館時間】平日：10時～19時 土・日：10時～17時

【問合せ先】石垣市立図書館 ☎ 0980-83-3862

【シネマたいむ】

『5つの名作集 絵本作家レオ・レオニの作品5話』

（約35分）初上映

日時：3月17日（日）午後2時～

場所：2階視聴覚室

【展示】

一般書「音楽を読む」

児童書「卒業・入学おめでとう」

郷土書「郷土絵本の世界」

【読み聞かせ会】

毎週土曜日 午後3時～ 場所：1階児童室

臨時休館等、最新情報は
ホームページに掲載します。



令和5年度児童生徒進学等支援金のご案内

石垣市独自の施策として、子ども達の未来を拓くことを支援することを目的に、下記要件に該当する児童を養育している方に、児童生徒進学等支援金を給付いたします。

【給付額】 児童1人当たり一律5万円

【支給対象者】

下記期間の出生児童を養育している方

① 平成20年4月2日～平成21年4月1日

② 平成23年4月2日～平成24年4月1日

③ 平成29年4月2日～平成30年4月1日

【申請期間】

令和6年2月13日～令和6年3月19日

【申請方法】

1 石垣市より令和6年1月分の児童手当を受給された方

➡申請不要にて令和6年2月21日振込済

2 上記1以外の方➡申請必要

（申請書を市役所こども家庭課へ提出）

ex) 所得上限限度額以上の所得により児童手当支給対象外の方や公務員の方

※申請書は市ホームページ、市役所こども家庭課窓口にて配付

【問合せ】こども家庭課 ☎ 0980-87-0771

幼児教育・保育の無償化に関する手続きについて

《認可外保育施設やファミリーサポートセンター等をご利用予定の保護者の皆様へ》

「保護者が仕事で保育ができない」などの条件に該当する場合は、石垣市の認定（施設等利用給付認定）を受けることで保育料の無償化を利用することができます。令和6年4月からご利用予定の方は、受付期間内での申込みをお願いします。

※令和6年10月から「認可外保育施設指導監督基準」を満たさない施設の利用料は無償化の対象外となります。ご利用予定施設が認可外保育施設指導監督基準を満たしているかの確認は、各施設または子育て支援課へお問い合わせください。

【条件】

◆3歳から5歳児クラス：保育の必要性がある児童

◆0歳から2歳児クラス：住民税非課税世帯で保育の必要性がある児童

【受付期間】

令和6年3月15日（金）まで

認定基準等の詳細等については、お気軽にお問い合わせください。

【問合せ】

子育て支援課 ☎0980-82-1704

石垣市第1民児協では、令和6年1月21日（日）に、自由福祉士の田盛健了さんをお招きし、「障害者との向き合い」と題した研修会を行いました。

研修会でを行った伝言ゲームでは、身振り手振り、または表情だけで相手に何かを伝える事の難しさを実感したり、懐かしい曲に合わせて手話を学んだりと障害者と向き合う心構えが少しできたかなと話されてました。

また、元民生委員の方も一緒に親睦グランドゴルフを行い、互いの交流を深めました。



みんなのまち
民生委員・児童委員
募集中！

【問合せ】
福祉総務課
☎0980-87-5515

【実験飛行実施のお知らせ】国立研究開発法人 海上・港湾・航空技術研究所 電子航法研究所

【期間】 令和6年3月4日（月）～8日（金） ※自然現象による影響評価を目的としているため、実施日、時間が変動する場合があります。
【時間】 昼間及び夜間（23時頃まで） また、天候等により飛行しない日もあります。

【実験内容】 国立研究開発法人海上・港湾・航空技術研究所 電子航法研究所の小型実験用航空機が新石垣空港をベースに離発着を繰り返す飛行実験をする予定です。

【問合せ】
電子航法研究所 0422-41-3165（平日 8:30～17:15）

石垣市こころの健康相談より

3月は自殺対策強化月間です。環境の変化で不安を感じることが多い季節です。石垣市こころの健康相談では、「いのちを守ろうキャンペーン2024」として、セルフケア、アルコール依存、精神疾患等のパンフレットなどを市役所1階市民広場パネル展にて配布（3月1日～7日）。また、各事業所や店舗（窓口・トイレ・給湯室等）に貼って頂ける「令和6年版こころの相談窓口」（A4版）のポスターも配布いたします。島全体で“いのちの番人”ゲートキーパーの役割を担いましょう。

※データは、石垣市ホームページからダウンロードも可能です。

石垣市
こころの健康相談 QR



【問合せ】こころの健康相談
平日9時～16時 障がい福祉課 ☎0980-87-9211 FAX 0980-82-1580

厚生労働省からのお知らせ

ハンセン病元患者のご家族へ

～対象となる方々に「補償金」を支給します～

- この補償金は、国が、誤った隔離政策により、元患者のご家族の皆様にも多大の苦痛と苦難を強いてきたことを心からお詫びし、その精神的苦痛を慰謝するためのものです。
- 請求に関する情報が、請求から受給まで、請求者及びその指定する者以外に知られることが無いように配慮しています。
- 秘密は守られますので、まずは、お電話でご相談ください。不安なお気持ちやご質問にも丁寧に答えます。



厚生労働省 補償金相談窓口 電話番号 03-3595-2262



請求期限は、令和6年（2024年）11月21日まで
受付時間 10：00～16：00（月曜日から金曜日。土日祝日、年末年始を除く。）
ハンセン病問題を正しく理解し、偏見や差別のない社会の実現を目指しましょう。ハンセン病 厚労省 検索

対象者	(ア) 配偶者（事実婚も含む） (イ) 親、子 (ウ) 親・子の配偶者及び 配偶者の親・子等	補償金額 180万円
	(エ) 兄弟姉妹 (オ) 祖父母・孫 (カ) 祖父母・兄弟姉妹・孫の 配偶者及び配偶者の祖父母・ 兄弟姉妹・孫等 (キ) 曾祖父母、ひ孫、おじ、 おば、おい、めい	補償金額 130万円

※ 同居など一定の要件が必要な場合があります。