

納期限は11月30日(水)です

- ①国民健康保険料 (5期)
 - ②後期高齢者医療保険料 (8期)
 - ③介護保険料 (8期)
 - ④下水道事業受益者負担金 (3期)
- ※スマートフォン決済が便利です (④を除く)

急患診療のお知らせ

診療時間外などに具合が悪くなったときにご利用ください。なお、新型コロナウイルス感染症の院内感染を防ぐため、**受診する前に必ず電話で相談してください。**

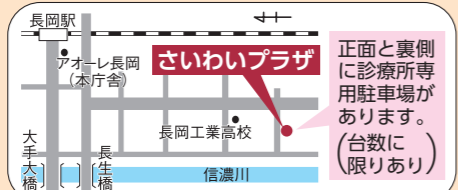
④保険証、医療費助成の受給者証 (ある人)

- 風邪や腹痛などの比較的軽症な救急患者
→ ①～④を受診してください
- 入院や手術を必要とする重症な救急患者
→ ⑤を受診してください

施設名 (長岡局番0258)	診療科目	受付時間	診療曜日				
			日	祝	月	金	土
①中越こども急患センター ☎86・5099	小児科 (中学生まで)	午後6時45分～ 9時30分	—	●	●	—	—
②休日・夜間急患診療所 ☎37・1199	内科	午後6時45分～ 9時30分	—	●	—	—	—
	内科 小児科 外科	午前9時～11時30分 午後1時～4時30分	●	—	—	—	—
③休日急患歯科診療所 ☎33・9644	歯科	午前9時～11時30分 午後1時～3時30分	●	—	—	—	—

①～③はさいわいプラザ(幸町2-1-1)の1階にあります

産婦人科は在宅当番医制です(日曜・祝休日のみ)。お問い合わせは休日・夜間急患診療所☎37・1199へ。



④休日在宅当番医 (中之島・見附地区)

受付時間=午前9時～11時30分、午後1時～4時30分
※外科は㊦、内科は㊩で表記しています

期日	病院名	電話番号
11月	3日(祝) ㊩ 石川医院	☎66・2140
	6日(日) ㊩ 林俊吉クリニック	☎66・3000
	13日(日) ㊦ わたなべ皮フ科	☎62・7750
	20日(日) ㊩ 星野医院	☎62・0998
	23日(祝) ㊩ 田崎医院	☎62・1122
12月	27日(日) ㊦ 星整形外科医院	☎66・8808
	4日(日) ㊩ 石川医院	☎66・2140

⑤救急当番病院

病院名	電話番号
立川総合病院	☎33・3111
長岡赤十字病院	☎28・3600
長岡中央総合病院	☎35・3700

当番病院に関するお問い合わせ
休日・夜間急患診療所
☎37・1199(受付時間のみ)
長岡市医師会 ☎22・5600
長岡市消防本部 ☎36・0119

国保・後期高齢者医療・介護・国民年金の保険料は税の所得控除の対象です

控除の対象=令和4年1月～12月に納めた保険料の合計。過去の未払い保険料の支払い分も含む

○保険料の確認方法

【国民健康保険料、後期高齢者医療保険料、介護保険料】

種別	国民健康保険	後期高齢者医療保険	介護保険
納付書	1月下旬に送付予定の「年間納付済額のお知らせ」		領収書
口座振替	※領収書、口座振替指定の預貯金通帳でも確認できます		預貯金通帳
クレジット納付	※領収書、口座振替指定の預貯金通帳でも確認できます		※金額が不明な場合は問い合わせを
スマートフォン決済アプリ	日本年金機構などから1月中旬に送付予定の「公的年金等の源泉徴収票」(障害年金や遺族年金から支払った人には送付されません) ※年金から支払った本人の控除対象になります ※還付された保険料は差し引いて申告してください		
問い合わせ	国保年金課 ☎39・2220、各支所地域振興・市民生活課(栃尾支所は市民生活課)	国保年金課 ☎39・2317、各支所地域振興・市民生活課(栃尾支所は市民生活課)	介護保険課 ☎39・2245、各支所地域振興・市民生活課(栃尾支所は市民生活課)

※窓口での確認の際は、本人確認書類(運転免許証など)をお持ちください

【国民年金保険料】

11月上旬までに日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送付されます(10月以降に今年初めて納付する人には来年2月上旬)。申告には、この証明書や領収書を添付してください。
☎ねんきん加入者ダイヤル☎0570・003・004 (I P電話などは☎03・6630・2525)、長岡年金事務所☎88・0003 担当=国保年金課☎39・2250

★「ねんきんネット」で年金管理!

パソコンやスマートフォンから年金記録の確認や条件に応じた年金見込額の試算ができます。将来の生活設計に役立てましょう。利用には登録が必要です。
☎ねんきん定期便・ねんきんネット等専用ダイヤル☎0570・058・555 (I P電話などは☎03・6700・1144) 担当=国保年金課☎39・2250



▲登録はこちら

●し尿のくみ取りは降雪前に
例年12月は、し尿くみ取りの申し込みが集中し、収集が遅れがちです。降雪後の作業は困難なため、早めに済ませましょう。特に大型便槽は11月中に済ませてください。
【申し込み先】
長岡地域
川東地区大手通以北:(有)あけぼの清掃社☎42・2560
川東地区大手通以南:(株)みつわ☎36・4470
川西地区:(株)原産業☎27・2241

▼中之島地域:(有)中之島清掃社☎66・3184
▼越路・小国地域:(有)あけぼの清掃社☎42・2560、クレーンシステム(株)☎92・2517
▼三島・与板地域:(有)あけぼの清掃社☎42・2560
▼山古志地域:(有)山清コーポレーション☎59・2304
▼和島地域:(有)タカハシ環境サービス☎74・2433
▼寺泊地域:(株)寺泊清掃社☎75・2034
▼栃尾地域:(有)協和衛生社☎52・3432、(有)クリーン栃尾☎52・3280
▼川口地域:(有)中越清掃社☎81・5670

●宝くじの助成金で町内会の備品を整備しました
自治総合センターが宝くじの社会貢献広報事業として実施するコミュニティ助成事業を活用して、次の備品を整備しました。
☎市民協働課☎39・2291
▶原小屋集落の除雪機(上)、北新町共会のエアコン

●生活支援体制整備事業
市民セミナー「やっぱあつたけえの長岡」
11月24日(木)午前10時～正午
リリックホール ☎NPO法人市民協働ネットワーク長岡代表理事・羽賀友信さんほか
☎500人先着 申11月

●長岡ニュータウン地区の都市計画(ごみ運搬用管路)の変更案を縦覧します
期間中に意見書を提出することができます。
11月14日(月)～28日(月) 環境課☎24・2838、情報ラウンジ☎24・2838、市ホームページで

●家屋の建築、取り壊しの際はご連絡を
固定資産税の金額が変わる場合があります。適正な評価のために必ずご連絡ください。
☎資産課☎39・2213



●手続き・制度
一人暮らしの高齢者が増えていいる今、誰もが住み慣れたまちで安心して暮らせるように、地域で助け合うことが大切だよ。長岡ならではの地域の支え合いをみんなで見よう。ピー!



▲ナッチャン

自宅の水道管は大丈夫? 早めに凍結予防

☎水道局業務課☎35・1618

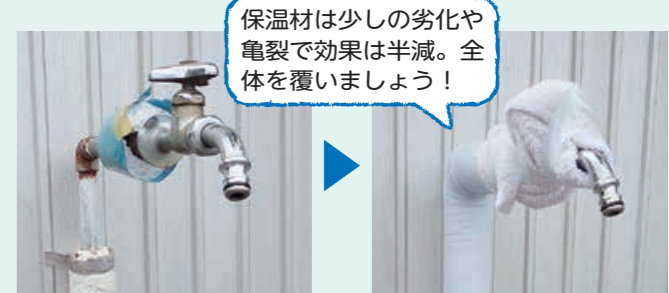
気温の低下で水道管が凍結すると、破裂して漏水することがあります。降雪前に対策をしましょう。業者へ依頼する場合の連絡先は、市水道局ホームページに掲載しています。

特に予防が必要な水道管

- むき出しになっている
※-4℃を下回ると凍結しやすくなります
- 風当たりの強いところにある
- 日照時間が短い北向きにある

家庭でできる凍結予防

- ①水道管に保温材(古い毛布やタオルも可)を巻きます。蛇口も包んでください
- ②保温材がぬれないよう、ビニールテープを隙間なく下から巻きます



保温材は少しの劣化や亀裂で効果は半減。全体を覆いましょう!

●12月3日(土)～9日(金)は障害者週間です

左図は、障害のある人が支援を必要としていることなどを表すマーク(一例)です。まちで見掛けたら、配慮をお願いします。
☎福祉課☎39・2343

●7日(月)から長寿はつらつ課
☎39・2268、市ホームページにある専用フォームで

一人暮らしの高齢者が増えていいる今、誰もが住み慣れたまちで安心して暮らせるように、地域で助け合うことが大切だよ。長岡ならではの地域の支え合いをみんなで見よう。ピー!

▲ナッチャン

◆図や表などの略字の見方は8ページ
◆図どなたでも、図特になし、図無料、図不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
◆図に電話、ファクス、Eメール、図(市ホームページ)の記載がある場合は、その方法で申し込み可
☎☎=アオーレ長岡 ☎☎=市民センター
☎☎=大手通庁舎 ☎☎=さいわいプラザ