

# まちの行事予定

## 11月

6	木 先勝	◆秋期健診(基本健診、特定健診)がん検診(肺、胃、大腸、前立腺)感染症検診(エキノコックス、肝炎、ピロリ菌) (受付)7:00~9:30 金原基幹集落センター
7	金 友引	◆秋期健診(基本健診、特定健診)がん検診(肺、胃、大腸、前立腺)感染症検診(エキノコックス、肝炎、ピロリ菌) (受付)7:00~9:30 種川構造改善センター
8	土 先負	◆秋期健診(基本健診、特定健診)がん検診(肺、胃、大腸、前立腺)感染症検診(エキノコックス、肝炎、ピロリ菌) (受付)7:00~10:30 としべつ
9	日 仏滅	◆日曜当番医 せたな町立国保病院 ☎84-5321 ◆秋期健診(基本健診、特定健診)がん検診(肺、胃、大腸、前立腺)感染症検診(エキノコックス、肝炎、ピロリ菌) (受付)7:00~10:30 としべつ
10	月 大安	☆nincupライブ「ハボの物語」今金公演 (時間) 15:30~ 今金高等養護学校体育館
11	火 赤口	◆いきいき元気クラブ(イストレ)
12	水 先勝	◆中学生以上予防接種 (受付)15:00~17:00 今金診療所 ☆おはなしひろば 11:00~ 町民センター
13	木 友引	
14	金 先負	◆いきいき元気クラブ(ふまねっとクラブ)
15	土 仏滅	
16	日 大安	◆日曜当番医 道南口イナル病院 ☎84-5011

17	月 赤口	◆こどもの歯科検診・フッ素塗布 (実施)13:30~15:00、16:00~18:45 としべつ
18	火 先勝	◆こどもの歯科検診・フッ素塗布 (実施)8:00~9:30 としべつ ◆いきいき元気クラブ(イストレ)
19	水 友引	◆乳幼児予防接種 (受付)13:10~13:30 としべつ
20	木 仏滅	
21	金 大安	◆認知症カフェ「いまカフェ」 (実施)13:30~15:00 としべつ
22	土 赤口	☆北海道今金高等養護学校 学校祭 9:50~
23	日 先勝	勤労感謝の日 ◆日曜当番医 せたな町立国保病院 ☎84-5321
24	月 友引	振替休日
25	火 先負	
26	水 仏滅	◆すくすく親子広場・プレママサロン (受付)9:45~10:00 としべつ
27	木 大安	
28	金 赤口	◆いきいき元気クラブ(ふまねっとクラブ)
29	土 先勝	
30	日 友引	◆日曜当番医 今金町国保病院 ☎82-0221 ☆図書室おはなし会 11:00~ 町民センター

## 12月

1	月 先負	
2	火 仏滅	◆いきいき元気クラブ(イストレ)
3	水 大安	
4	木 赤口	
5	金 先勝	◆いきいき元気クラブ(ふまねっとクラブ)

### お知らせ

まちの行事予定については、広報発行日前までに決まっている行事を掲載しておりますが、予定が変更になる場合もございます。  
お出かけ前に各施設等に確認の上、ご利用くださいますようお願いいたします。

### ◇いきいき元気クラブ◇

ふまねっとクラブ	11/14 12/5	10:00~11:30	としべつ
	11/28	10:00~11:00	
イストレ	11/18 12/2	13:30~14:30	総合体育館
	11/11	10:00~11:00	

### 【今金町無料法律登記相談】

日 時/11月20日(木) 10:00~12:00  
12月18日(木) 10:00~12:00

場 所/町民センター

予 約/相談日の前日、正午までに予約が必要  
問合せ/役場総務財政課 ☎82-0111

### 【ひやま北部法律相談センター相談日のご案内】

日 時/11月14日(金) 13:00~16:00

場 所/せたな町民ふれあいプラザ  
問合せ/せたな町役場総務課 ☎84-5111

今月の特集

行政情報

各種情報

まちの話題

情報かわら版

まちの行事予定

学びの道標へ

暮らし助ける支え合い

「老齢年金、障害・遺族補償」

# 国民ねんきん

## 納めた国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象となります！

※詳細につきましては、  
税務住民課戸籍年金グループ ☎82-0111  
へおたずねください。

国民年金保険料は所得税法及び地方税法上、健康保険や厚生年金などの社会保険料を納めた場合と同様に、社会保険料控除として、その年の課税所得から控除され、税額が軽減されます。

### ■控除の対象及び必要な証明書類

- ・令和7年1月1日から令和7年12月31日までに納められた保険料の全額が対象です。(過去の年度分や追納された保険料も含まれます。)また、ご自身の保険料だけでなく、ご家族(配偶者やお子様など)の負担すべき国民年金保険料を支払っている場合、その保険料についても控除が受けられます。
- ・令和7年中に納付した国民年金保険料について、社会保険料控除を受けるためには、年末調整や確定申告を行う際に「保険料の納付額を証明する領収証書」または「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」など保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要となります。

### ■「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」の送付時期

日本年金機構から被保険者ご本人宛に送付されます。

- ・令和7年1月1日から令和7年9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方→**令和7年10月中旬から下旬**にかけて順次送付予定
- ・令和7年10月1日から令和7年12月31日までの間に国民年金保険料を納められた方(上記の対象者は除きます。)→**令和8年1月下旬**から順次送付予定

**11月は「ねんきん月間」、11月30日(いいみらい)は「年金の日」です！**  
『年金保険料、納めていますか?』『この機会に年金加入状況の確認を!』

防災行政無線の放送内容をメールとホームページから確認できます。



### ★メールの受取り登録の方法

下のメールアドレスに空メールを送信するか、下のQRコードを読み取って登録できます。

bousai.imakane-town@raidens3.ktaiwork.jp



### ★ホームページでの確認方法

下のURLにアクセスするか、下のQRコードを読み取って確認できます。

<http://260bousai.jp/navi/imakane/>



## 栄養士ネットワーク掲示板

### 今金町の食材を使った料理を紹介 ☆おからの和風チキンナゲット☆

おからを使った和風チキンナゲットをご紹介します。鶏肉とおからの割合を半々にする事で、食べ応えがあり腹持ちがよく、ヘルシーに仕上げられます。また、フライパンで揚げ焼きにすることで、油の使用量とカロリーを抑えられます。外はカリッと、中はふんわりとした食感をお楽しみください!

#### 【材料(4人分)】

★生おから	200g	☆しょうゆ	大さじ1
★鶏ひき肉	200g	☆塩こしょう	少々
★玉ねぎ	1/2個	☆油	適量
★卵	1個		
★片栗粉	大さじ3		
★じゃがいも	1/2個		



#### ＜作り方＞

1. 下ごしらえ 玉ねぎ : みじん切り  
じゃがいも : すりおろし
2. ボウルに(油以外)材料を全部入れてこねる。ひと口大に丸めてナゲットの形に成形する。
3. フライパンに1~2cm程度、170度に熱した油でこんがり揚げると揚げる。
4. お皿に盛り付けたら完成です。

※お好みで、味付けをしょうゆからコンソメ小さじ2にしたり、ケチャップをつけてお召し上がりください。

(1人あたり エネルギー 245kcal、たんぱく質 14.3g、脂質 15.1g、炭水化物 18.1g、カルシウム 57mg、食物繊維 8.1g、塩分 1.0g)

今月の特集

行政情報

各種情報

まちの話

情報かわら版

まちの行事予定

学びの道標へ