

年金情報はねんきん
ネットが便利

また、マイナンバーと連携することで、確定申告に必要な証明書の電子データを受け取ることもできます。便利なんねんきんネットを、ぜひ利用してください。

●ねんきんネットでするじや

- 年金記録の確認
- 将来の年金見込み額の確認
- 年金の支払いや、国民年金保険料など、年金に関する各種通知書の確認
- 国民年金保険料口座振替の申し出など

●マイナポータルとの連携でできること

- 電子版「ねんきん定期便」の受け取り
- オンラインでの確定申告に使える、源泉徴収票（公的年金）、社会保険料（国

日本年金機構
ウェブサイト

 食中毒を予防しま
しょう

食中毒の原因菌は、腐敗菌とは違い、食品の中で増殖しても色や味に変化はないので汚染されていることに気付かないまま口にしてしまうことがあります。

●食中毒予防のポイント

- 調理の前後に手の洗浄・消毒を行う
- 冷蔵庫の中は7割程度とし、詰め過ぎに注意する
- 魚介類を調理する場合は流水で表面をよく洗浄し内臓を取った後も十分に洗浄する

□調理後の食品は、長く放置せず、早く食べる

問 宮城県大崎保健所栗原支所

☎(22) 2115

里親制度広域説明
会・里親登録研修

里親制度広域説明会

さまざまな事情で、自分の家族と暮らせない子どもたちを家庭に迎え入れ、健やかな育ちを応援する、里親制度の説明会を開催します。ぜひ、参加してください。

●日時 8月31日(日)
午後1時30分

●場所 市民活動支援センター

●内容

- 里親制度について
- 里親体験談
- 個別相談会

●費用 無料

●申し込み 不要

令和7年度後期養育里親・養子縁組里親登録研修

里親になることを希望する人のための、登録研修を開催します。

基礎研修

□ 講義	10月3日(金)
□ 実習	10月18日(土)

登録前研修

□講義 10月31日(金)、11月1日(土)

☐ **実習** 11月中の連続した
2日間

●
場所

□講義 旭ヶ丘市民センター

□ 実習 県内の児童養護施設

●費用 無料

●申込期間 8月7日(木)～
9月5日(金)

● **申し込み** 県北部児童相談所に電話で申し込みください

問 みやぎ里親支援センター
 やき ☎ 0229-220030
 ☎ 0229-7181031

杜のコケリウムコン
テスト2025 in 栗
原&ワークショッ
プ

日時 8月9日(土)
午前9時30分
正午

警察を名乗る電話

警察を名乗る電話に関する
相談が寄せられています。

警察で使われることの多い下4桁「0110」の番号で電話をかけてきたり、無料通信アプリのビデオ通話に誘導し偽物の警察手帳を見せて消費者を信用させた上で、個人情報や聞き出ししたり、金銭を振り込ませたりする手口が確認されています。

警察が、無料通信アプリやビデオ電話で連絡を取ることはありません。警察と思われる番号からの電話であっても所属や担当者名を聞いた上で一度電話を切り、最寄りの警察署に確認しましょう。簡単に信用せず、個人情報 は絶対に伝えないでください。

困ったときは、最寄りの警察署や、消費生活相談窓口などに相談してください。

●相談日時 月～金曜日
午前9時～午後4時
※祝日を除く

問 栗原市消費生活相談窓口
(築館ふるさとセンター)
☎(22)1501
県民サービスセンター消費
生活相談窓口(宮城県栗原
合同庁舎) ☎(23)5700



TEL 0228-24-8073
〒989-5625
栗原市志波姫堀口十字1-1
<https://www.maruki-clinic.com/>

あなたの健康がみんなの安心

まるき内科クリニック

MARUKI Internal Medicine Clinic

診療科目: 内 科・糖尿病内科
 (一般検査) 採尿・採血・胸部レントゲン・便検査

当院 油橋バス停より徒歩3分
(市民バス停)



●油橋バス停

診療時間

	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
午後 14:30~18:00	●	●	●	●	●	●

休診日/水曜午後・土曜午後・日曜・祝日

夏季休診 8/13 水~15 金