



国民健康保険の「限度額適用・標準負担額減額認定証」と「限度額適用認定証」が新しくなります！



現在ご使用の『限度額適用・標準負担額減額認定証』および『限度額適用認定証』の有効期限は7月31日までですので、8月以降は使用できません。8月以降も認定証が必要な方は、市民生活課医療保険係へ確認・申請してください。

なお、期限の切れた認定証は回収しますので、申請の際にお持ちください。

※国民健康保険は世帯単位で税区分判定を行ないますので、世帯の中に確定申告をしていない方がいた場合、申告した後の申請・発行となります。そのため、即日発行ができない場合もありますので、あらかじめご了承ください。

マイナンバーカードをお持ちの方は…

資格確認書利用を行なう前に、

- ① 電子証明書の設定
- ② マイナポータルの初期設定(ログイン)
- ③ 健康保険資格確認書とマイナンバーカードのひも付け作業を行なうと、『限度額適用・標準負担額減額認定証』と『限度額適用認定証』の申請書類が不要になります。



■申請・更新に必要なもの

- ① 資格確認書
- ② マイナンバーカードまたは通知カード
- ③ 本人確認できるもの

(次のいずれかをお持ちください)

写真付きの場合→1点

・運転免許証など

写真なしの場合→2点

・公的医療保険の資格確認書

・介護保険被保険者証

・年金手帳など官公庁が発行したもの

※いずれも有効期限内のものに限ります。

※マイナンバーカードは、写真付き1点として本人確認に使用できます。



■代理人が手続きされる場合

世帯主・対象者の方の上記の申請・更新に必要なもののほかに、代理人の方の身元確認ができるものが必要となります。



職場で受けた健康診断も国保特定健診の特典 ごみ袋プレゼントの対象になります！



国保特定健診を受診された方に、特典として「燃やせるごみ袋20リットル」を10枚プレゼントしています。会社などの職場で受けた健康診断も特典の対象となります。



対象 40～74歳の国民健康保険加入者
持ち物 職場の健康診断結果票、
特定健診受診券(ピンク色)
特定健康診査質問票
(特定健診受診券に同封)

交付場所 医療保険係

受取期限 令和8年4月17日(金)

※代理の方でもお受け取りできますが、質問票や健診項目などに確認が必要な場合は、ご本人にご連絡させていただきます。

どうして特定健診を受けるの？
元気だから受けなくていいよね～



生活習慣病は、
自覚症状がなく進行するっす！
だからこそ、元気なうちから
年に一度の健診が大切っす～

こんにちは 地域包括支援センター です！

エリアサポーターの **その2** 活動を紹介します



今月も、エリアサポーターが活動する2つの地区をご紹介します。それぞれの地区では、創意工夫を凝らした楽しい交流の場を設けています。まだ参加されたことがない方も、ぜひ一度遊びに行ってみませんか。

住友・市街地区



この地域では、さまざまな取り組みを通じて活動の場を広げています。

同じ地区にある「きっずていく」の子どもたちとは、野菜作りなどを通じて交流をしています。

また、市の防災担当者による講話を聞いたり、段ボールベット作りを体験したりするなどして防災意識を高め、普段から災害の備えについて考えています。

その他、介護予防の「ゆる元体操」にも力を入

れており、指導者は参加者が楽しく安全に続けられるようにスキルアップを図っています。

会場

- 住友寿老人クラブ会館(不定期)
- 錦町老人クラブ会館
(毎月最終土曜日・冬期間休み)
- 泉町会館(毎月第二日曜日)
- 日の出地区会館(不定期)



サロンでの防災講座



子どもたちと野菜作り

文京地区



「頭と心の体操」では、多彩な講師による貴重なお話を伺い、意見交換を行なっています。

新しい発見や学びの場として、参加者から好評です。

さらに、「ラジオ体操」「ゆる元体操」「太極拳」などの体を動かす活動や、「歌唱」や「手話」といっ

た文化・福祉的活動も充実しています。

また、これらの活動には豊丘町の方々も参加しており、地域を越えた交流が深まっています。

会場

- 文京生活館(毎月最終水曜日)



太極拳で体全体をゆっくり動かします



講師のお話に耳を傾けています