

# 国民健康保険

## ◆高齢受給者証の更新

国民健康保険に加入している70歳以上の方には、高齢受給者証が交付されています。

現在お持ちの高齢受給者証の有効期限は、7月31日までです。新しい高齢受給者証は、一部負担金の割合を前年の所得に応じて再判定し、7月下旬に発送します。8月1日からお使いください。

今までお使いの高齢受給者証は、8月以降に、保険年金課(市役所1階)、東部・西部出張所、動く市役所へお返しください。

## ◆限度額適用認定証

1か月に支払う医療費の自己負担限度額は、世帯ごとの所得に応じて決められています。

## ◆住民税非課税世帯の方は入院時の食事代を減額

入院すると、診療費とは別に、食事代がかかりますが、「限度額適用・食事療養標準負担額減額認定証」を医療機関に提示すると、自己負担額が減額されます。

対象 世帯主および国保加入者全員  
平成27年度住民税非課税の世帯の方(右下表の②、③)

※平成27年1月2日以降に転入した方は、平成27年1月1日現在の住民登録地の市区町村が発行した世帯全員の平成27年度住民税非課税証明書(所得金額の記載のあるもの)が必要です。

※申請日以前の1年間の入院日数が

| 入院時の食事代の自己負担額(1食当たり) |                          | 金額                 |      |
|----------------------|--------------------------|--------------------|------|
| ①                    | 一般                       | 260円               |      |
| ②                    | 住民税非課税の世帯に属する方など(③以外の方)  | 過去1年間の入院が90日以内     | 210円 |
|                      |                          | 過去1年間の入院が90日を超えている | 160円 |
| ③                    | ②のうち、所得が一定基準に満たない70歳以上の方 | 100円               |      |

90日を超えている場合、食事代がさらに減額されます。申請をしていない方は、その日数分の領収書または入院証明書を問合せ先へお持ちください。

## ◆すでに認定証をお持ちの方へ

限度額適用認定証は、毎年8月1日が更新日ですが、すでに平成26年度のものをお持ちの方には、6月下旬

# 幼児歯科 健診・相談

歯科健診、歯磨き指導、予防処置が、年間を通して受けられます。

予防処置は有料ですが、生活保護世帯には減免制度があります。

申し込み後は、3〜4か月ごとに継続して歯科健診を受けることができます。

とき 火曜日(午後)・木曜日(午前)

対象 健康センター  
1歳〜4歳1か月未満のお子さん

担当 歯科医師、歯科衛生士  
申し込みはがきまたは申込み用紙に、必要事項(左図参照)を記入のうえ、問合せ先へ

※後日はがきで健診日をお知らせし

**幼児歯科健診申込み**

お子さんの氏名  
(ふりがな)

お子さんの生年月日  
平成 年 月 日

保護者の氏名  
住所  
電話番号

## ふれあい食体験

### 小学生にこころクッキング

とき 7月31日(金) 午前10時〜午後0時30分 午前9時45分受付

対象 市内在住の小学3年〜6年生(保護者の見学可)

内容 講話、調理実習  
講師 男の料理教室メンバー、健康推進課栄養士

持ち物 エプロン、三角巾  
申込み 健康センターへ(先着順)  
☎042(346)3701

## 成年後見基礎講座

認知症などにより判断能力が不十分となった場合に備えて、あらかじめ後見人になってもらう人を決めておく任意後見制度の活用方法を説明します。

## 市民公開講座

### ◆公立昭和病院 第16回市民公開講座

とき 7月18日(土) 午後2時30分〜4時

内容 東大和市民会館ハミングホール(西武線東大和市駅徒歩7分)

費用 無料  
内容 女性のがん(子宮がん・卵巣がん)、糖尿病患者が健康寿命を全うするために

申込み 当日、会場へ  
問合せ 公立昭和病院医事課医事管理係 ☎042(461)0052 (内線2171)

## 成人健康教室・相談などの日程

問合せ(申込み) 健康センター 〒187-0043 学園東町一丁目19番12号 ☎042(346)3701

| 健康づくり相談 | とき                            | 対象     | 内容・持ち物  | 定員・申込みほか                          |
|---------|-------------------------------|--------|---|-----------------------------------|
|         | 7月21日(火)<br>午後1時30分〜3時の指定する時間 | 市内在住の方 | 健康診断や人間ドックの結果を基にした管理栄養士・保健師の個別相談<br>直近の健診結果、健康手帳(お持ちの方) | 定員…2人<br>電話または健康センター窓口へ(要申込み、先着順) |

※会場は健康センター、費用は無料です。車での来場はご遠慮ください。

## 乳幼児健診・相談などの日程

問合せ(申込み) 健康センター 〒187-0043 学園東町一丁目19番12号 ☎042(346)3701

| ステップアップ離乳食         | 日程   | 対象   | 持ち物  | 定員・申込みほか                   |
|--------------------|--|--|--|----------------------------|
|                    | 7月15日(水)<br>ステップ1…午後1時30分から、2時30分から<br>ステップ2…午後2時から、3時から<br>ステップ3…午前9時45分から<br>ステップ4…午前10時45分から<br>※ステップごとに各回同じ内容です。 | 市内在住で、おおむね5か月〜1歳6か月児<br>(ステップごとに対象が異なります。下記参照) | 母子健康手帳   | 当日、会場へ                     |
| もぐもぐ教室離乳食講習会(調理実習) | 7月17日(金)<br>午前10時〜正午<br>受付…午前9時45分から   | ステップ2・3に当てはまる乳幼児と保護者(下記参照)                     | エプロン、三角巾、母子健康手帳、おんぶひも(赤ちゃんに参加する方のみ)、ふだん使用しているスプーン(食べ方について相談のある方) | 定員…各15組(要予約)<br>※参加は各1回まで。 |

※会場は健康センター、費用は無料です。車での来場はご遠慮ください。  
※ステップ1…5・6か月児、ステップ2…7・8か月児、ステップ3…9〜11か月児、ステップ4…1歳〜1歳6か月児。

## 休日応急診療・準夜応急診療(内科・小児科)

※いずれも診療所は変更になる場合があります。問合せは042(346)3706へ。小平市ホームページ、携帯電話でもご覧いただけます。

| 休日応急診療 | 日程           | 診療時間                        | 名称          | 所在地                  | 電話番号         |
|--------|--------------|-----------------------------|-------------|----------------------|--------------|
| 休日応急診療 | 日曜日、祝日、年末年始  | 午前9時〜午後5時                   | 小平市医師会応急診療所 | 学園東町1-19-12(健康センター内) | 042(346)3706 |
| 準夜応急診療 | 月曜〜日曜日(年中無休) | 午後7時30分〜10時30分(受付は10時15分まで) |             |                      |              |

※やけど、けが、眼科は診療の対象外ですが、出務医師により診療が可能ながあります。受診の前に電話でご確認ください。

## 休日歯科応急診療医(診療時間：午前9時〜午後5時)

| 日程         | 医療機関名     | 所在地         | 電話番号         |
|------------|-----------|-------------|--------------|
| 7月5日(日)    | 岩間歯科医院    | 天神町1-3-8    | 042(342)8188 |
| 7月12日(日)   | 久永歯科医院    | 美園町3-9-3    | 042(341)0937 |
| 7月19日(日)   | 西村歯科クリニック | 小川西町3-18-15 | 042(342)5700 |
| 7月20日(月・祝) | 羽山歯科クリニック | 鈴木町2-150    | 042(467)8114 |

※車でお越しの際は、必ずお問い合わせください。

## 東京都による救急診療などの相談・案内

|                     |   |                        |
|---------------------|---|------------------------|
| 東京消防庁救急相談センター       | #7119(携帯電話、PHS、プッシュ回線から) 042(521)2323(ダイヤル回線から) | 救急車を呼ぶべきか迷った場合の相談・24時間 |
| 小平消防署病院・診療所案内       | 042(341)0119                                    | 救急医療機関の案内・24時間         |
| 東京都医療機関案内サービス(ひまわり) | 03(5272)0303                                    | 診療中の医療機関の案内・24時間       |

## 後期高齢者医療制度

### ◆限度額適用・標準負担額減額認定証の更新

入院時に医療機関の窓口に表示

## 国民年金

### ◆保険料の免除・納付猶予制度をご利用ください

国民年金保険料を未納のままにしておくと、将来受け取る年金の額が少なくなったり、受給できなくなったりします。また、障害基礎年金・遺族基礎年金が受けられない場合も

## 7月は青少年の非行・被害防止 全国強調月間

あります。

ただし、経済的な理由で国民年金保険料を納付することが困難な場合には、保険料免除制度や若年者(30歳未満)納付猶予制度があります。

平成27年度(平成27年7月分から平成28年6月分保険料)の申請は、7月1日(水)から受け付けています。

学生の場合は、申請により在学中の納付が猶予される学生納付特例制度があります。

## 薬物乱用防止 キャンペーン

市では、国の進める薬物乱用防止対策「タメ。ゼツタイ」普及運動の一環として、街頭キャンペーンを行います。

日程 7月8日(水) 鷹の台駅前  
7月9日(木) 花小金井駅前  
※いずれも午後3時から4時まで。

問合せ 健康推進課 ☎042(346)3700