

# 国民健康保険 ご存じですか 高額療養費制度

自己負担限度額	
70歳未満の方	上位所得世帯 139,800円+(総医療費-699,000円)×0.01 ※77,700円 一般世帯 72,300円+(総医療費-361,500円)×0.01 ※40,200円 低所得世帯 35,400円 ※24,600円
70歳以上の方	自己負担限度額(病院+入院) ※個人ごとの通院で支払った額が自己負担限度額を超えたとき、また同じ世帯の70歳以上の方の通院と入院で支払った額の合計額が、自己負担限度額を超えたとき 一定以上の所得がある方 40,200円 一般 12,000円 低所得者(住民税非課税世帯) 8,000円 II 24,600円 I 15,000円

注) 低所得者IIは、その所属する世帯の世帯主および国民健康保険の世帯主が住民税非課税の方。低所得者Iは、その所属する世帯の世帯主および国民健康保険の世帯主が住民税非課税で、その世帯の所得が一定基準以下の世帯に属する方。  
※の数字は多数該当の自己負担限度額です。

高額療養費制度は、被保険者の負担が多額とならないように医療費が自己負担限度額を超えた場合、その超えた額を高額療養費として、あとで国民健康保険(国保)から払い戻されるものです。

①70歳未満の方：同じ方が同じ月内に同じ病院などで支払った額が、自己負担限度額を超えたとき  
②多額該当：過去12か月の間に4回以上世帯が高額療養費に該当したときは、多数該当の自己負担限度額を超過する  
③多額該当：過去12か月の間に4回以上世帯が高額療養費に該当したときは、多数該当の自己負担限度額を超過する

④対象者への通知  
市では、高額療養費に該当する場合は、通常、受診月から2か月後の月末に、高額療養費支給申請書を郵送します。  
※高額な医療費の支払いでお困りの方は、高額療養費資金貸付制度があります。

親子の健康相談  
お子さんの計測と発育、育児などについて保健師、管理栄養士、歯科衛生士が相談に応じます。  
とき 11月20日(水)  
受付：午前9時30分～10時30分  
ところ 小川西町公民館  
※車での来場は遠慮ください。  
対象 生後4か月～4歳未満の乳幼児とその保護者  
※今回は手遊びのコナーはありません。  
持ち物 母子健康手帳、た

離乳食中期講習会  
もぐもぐ教室  
とき 11月26日(火)  
午前10時～11時15分(受付は9時45分～10時)  
ところ 健康センター  
対象 生後7か月～8か月の乳児とその保護者  
定員 30組  
内容 乳児の食事、歯の健康、親子遊びほか  
担当 管理栄養士、歯科衛生士、保健師、保育士

で相談ください。

国保の届け出は2週間以内に  
国保に加入するとき、やめるとき、退職者医療制度への切り替えのときなどは、変更のあった日から14日以内に届け出をしてください。

加入の手続きが遅れると、国民健康保険税(保険税)をさかのぼって納めていただくことになり、その間の医療費が全額自己負担になったりします。  
また、やめる手続きが遅れ、誤って国保の被保険者証を使って受診すると、国保で負担した医療費(かかった費用)の7割または8割分)を、あとで返していたことになり、保険料も課税されたままになりますのでご注意ください。

国保は皆さんの納める保険税で支えられています。保険料の支払いは便利な口座振替をご利用ください。

平成15年度  
家庭福祉員  
(保育ママ)を募集  
開設するためには一定の要件が必要となりますが、開設後には運営費や開設のための費用の一部に補助制度があります。募集要項・申込書は保育課で配布しています。  
申込み 12月5日(木)までに、提出書類を保育課へ  
042(346)9601

野料理講習会  
小平産の野菜で子どもに人気の料理を作ります。  
とき 11月30日(土)  
午前9時30分～正午  
ところ 健康センター  
費用 無料  
対象 市内在住の中学生以上  
定員 36人  
内容 講話と調理実習  
講師 栄養士(市職員)  
持ち物 エプロン、三角き

生活習慣病  
予防教室  
健康結果の見方や高脂血症を中心に、生活習慣病との関連性などについての講演会を行います。  
とき 11月27日(水)  
午前10時～11時30分  
ところ 健康センター  
費用 無料  
対象 市内在住の18歳以上の方  
定員 40人  
申込み 11月12日(火)まで(土曜・日曜を除く)  
問い合わせ先 (電話可、先着順)  
組合労協センター事業団  
多摩エリア  
042(300)1086(平日の午前9時～午後5時)

生活習慣病  
予防教室  
健康結果の見方や高脂血症を中心に、生活習慣病との関連性などについての講演会を行います。  
とき 11月27日(水)  
午前10時～11時30分  
ところ 健康センター  
費用 無料  
対象 市内在住の18歳以上の方  
定員 40人  
申込み 11月12日(火)まで(土曜・日曜を除く)  
問い合わせ先 (電話可、先着順)  
組合労協センター事業団  
多摩エリア  
042(300)1086(平日の午前9時～午後5時)

基本健診後の健康相談  
健診の結果を踏まえて、生活のアドバイスを受けることができます。  
とき 11月15日(金)午後1時20分から  
ところ 健康センター  
費用 無料  
担当 医師、保健師、管理栄養士、健康運動指導士  
持ち物 健康手帳、健診結果  
申込み 11月6日(水)から健康センターへ(先着順)042(346)3700  
対象 都内の区市町村が

訪問介護員養成  
研修2級課程  
とき 11月23日～平成15年3月1日の土曜・日曜日  
ほか期間内の平日5日間  
ところ 国分寺ひかりプラザほか  
費用 7万円  
申込み 11月8日(土)まで(テキスト代含む)  
対象 市内在住・在勤の18歳以上の方  
定員 40人  
申込み 11月12日(火)まで(土曜・日曜を除く)  
問い合わせ先 (電話可、先着順)  
組合労協センター事業団  
多摩エリア  
042(300)1086(平日の午前9時～午後5時)

家族介護者交流事業  
センターまつり  
とき 11月16日(土)  
午後1時～3時  
ところ まもも園機能訓練室(上水南町4-7-45)  
費用 無料  
講師 川野薫(当ディサイバンスセンター主任) 問合せ まもも園ディサイバンスセンター 042(322)9776

家族介護者交流事業  
センターまつり  
とき 11月16日(土)  
午後1時～3時  
ところ まもも園機能訓練室(上水南町4-7-45)  
費用 無料  
講師 川野薫(当ディサイバンスセンター主任) 問合せ まもも園ディサイバンスセンター 042(322)9776

家族介護者交流事業  
センターまつり  
とき 11月16日(土)  
午後1時～3時  
ところ まもも園機能訓練室(上水南町4-7-45)  
費用 無料  
講師 川野薫(当ディサイバンスセンター主任) 問合せ まもも園ディサイバンスセンター 042(322)9776

実施する基本健康診査で、B型・C型ウイルス肝炎に感染している可能性が極めて高いと判定された市民、実施医療機関 東京都指定医療機関

エイズ予防月間  
エイズ  
性感染症検査  
費用 無料(初回検査のみ)  
無料(匿名で検査を受けられます)  
日程 〇検査：12月7日(土) 午後1時30分～3時30分  
〇結果：12月17日(火) 午後1時30分～3時  
ところ 多摩小平保健所 〇問合せ 多摩小平保健所 0424(50)3111

家族介護者交流事業  
センターまつり  
とき 11月16日(土)  
午後1時～3時  
ところ まもも園機能訓練室(上水南町4-7-45)  
費用 無料  
講師 川野薫(当ディサイバンスセンター主任) 問合せ まもも園ディサイバンスセンター 042(322)9776

家族介護者交流事業  
センターまつり  
とき 11月16日(土)  
午後1時～3時  
ところ まもも園機能訓練室(上水南町4-7-45)  
費用 無料  
講師 川野薫(当ディサイバンスセンター主任) 問合せ まもも園ディサイバンスセンター 042(322)9776

家族介護者交流事業  
センターまつり  
とき 11月16日(土)  
午後1時～3時  
ところ まもも園機能訓練室(上水南町4-7-45)  
費用 無料  
講師 川野薫(当ディサイバンスセンター主任) 問合せ まもも園ディサイバンスセンター 042(322)9776

家族介護者交流事業  
センターまつり  
とき 11月16日(土)  
午後1時～3時  
ところ まもも園機能訓練室(上水南町4-7-45)  
費用 無料  
講師 川野薫(当ディサイバンスセンター主任) 問合せ まもも園ディサイバンスセンター 042(322)9776

家族介護者交流事業  
センターまつり  
とき 11月16日(土)  
午後1時～3時  
ところ まもも園機能訓練室(上水南町4-7-45)  
費用 無料  
講師 川野薫(当ディサイバンスセンター主任) 問合せ まもも園ディサイバンスセンター 042(322)9776

家族介護者交流事業  
センターまつり  
とき 11月16日(土)  
午後1時～3時  
ところ まもも園機能訓練室(上水南町4-7-45)  
費用 無料  
講師 川野薫(当ディサイバンスセンター主任) 問合せ まもも園ディサイバンスセンター 042(322)9776

家族介護者交流事業  
センターまつり  
とき 11月16日(土)  
午後1時～3時  
ところ まもも園機能訓練室(上水南町4-7-45)  
費用 無料  
講師 川野薫(当ディサイバンスセンター主任) 問合せ まもも園ディサイバンスセンター 042(322)9776

家族介護者交流事業  
センターまつり  
とき 11月16日(土)  
午後1時～3時  
ところ まもも園機能訓練室(上水南町4-7-45)  
費用 無料  
講師 川野薫(当ディサイバンスセンター主任) 問合せ まもも園ディサイバンスセンター 042(322)9776

家族介護者交流事業  
センターまつり  
とき 11月16日(土)  
午後1時～3時  
ところ まもも園機能訓練室(上水南町4-7-45)  
費用 無料  
講師 川野薫(当ディサイバンスセンター主任) 問合せ まもも園ディサイバンスセンター 042(322)9776

家族介護者交流事業  
センターまつり  
とき 11月16日(土)  
午後1時～3時  
ところ まもも園機能訓練室(上水南町4-7-45)  
費用 無料  
講師 川野薫(当ディサイバンスセンター主任) 問合せ まもも園ディサイバンスセンター 042(322)9776

家族介護者交流事業  
センターまつり  
とき 11月16日(土)  
午後1時～3時  
ところ まもも園機能訓練室(上水南町4-7-45)  
費用 無料  
講師 川野薫(当ディサイバンスセンター主任) 問合せ まもも園ディサイバンスセンター 042(322)9776

家族介護者交流事業  
センターまつり  
とき 11月16日(土)  
午後1時～3時  
ところ まもも園機能訓練室(上水南町4-7-45)  
費用 無料  
講師 川野薫(当ディサイバンスセンター主任) 問合せ まもも園ディサイバンスセンター 042(322)9776

家族介護者交流事業  
センターまつり  
とき 11月16日(土)  
午後1時～3時  
ところ まもも園機能訓練室(上水南町4-7-45)  
費用 無料  
講師 川野薫(当ディサイバンスセンター主任) 問合せ まもも園ディサイバンスセンター 042(322)9776

家族介護者交流事業  
センターまつり  
とき 11月16日(土)  
午後1時～3時  
ところ まもも園機能訓練室(上水南町4-7-45)  
費用 無料  
講師 川野薫(当ディサイバンスセンター主任) 問合せ まもも園ディサイバンスセンター 042(322)9776

家族介護者交流事業  
センターまつり  
とき 11月16日(土)  
午後1時～3時  
ところ まもも園機能訓練室(上水南町4-7-45)  
費用 無料  
講師 川野薫(当ディサイバンスセンター主任) 問合せ まもも園ディサイバンスセンター 042(322)9776

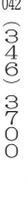
家族介護者交流事業  
センターまつり  
とき 11月16日(土)  
午後1時～3時  
ところ まもも園機能訓練室(上水南町4-7-45)  
費用 無料  
講師 川野薫(当ディサイバンスセンター主任) 問合せ まもも園ディサイバンスセンター 042(322)9776

家族介護者交流事業  
センターまつり  
とき 11月16日(土)  
午後1時～3時  
ところ まもも園機能訓練室(上水南町4-7-45)  
費用 無料  
講師 川野薫(当ディサイバンスセンター主任) 問合せ まもも園ディサイバンスセンター 042(322)9776

家族介護者交流事業  
センターまつり  
とき 11月16日(土)  
午後1時～3時  
ところ まもも園機能訓練室(上水南町4-7-45)  
費用 無料  
講師 川野薫(当ディサイバンスセンター主任) 問合せ まもも園ディサイバンスセンター 042(322)9776

家族介護者交流事業  
センターまつり  
とき 11月16日(土)  
午後1時～3時  
ところ まもも園機能訓練室(上水南町4-7-45)  
費用 無料  
講師 川野薫(当ディサイバンスセンター主任) 問合せ まもも園ディサイバンスセンター 042(322)9776

持物 母子健康手帳、た



休日急診診療(内科・小児科)  
※いずれも当番医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でもご覧いただけます。

日程	診療時間	医療機関名	所在地	電話番号
11月10日(日)	午前9時～午後5時	小竹 医院	上水南町3-10-18	042(341)0500
	午後5時～10時	比留間 医院	花小金井1-9-15	0424(61)1636
11月17日(日)	午前9時～午後5時	きおいクリニック	小川東町1-18-29 仁平記念クリニックビル	042(348)3066
	午後5時～10時	大林 医院	鈴木町2-242	0424(61)7677
		あかしあ脳神経外科	仲町425-12 あかしあビル1階	042(345)7444

日程	診療時間	医療機関名	所在地	電話番号
11月10日(日)	午前9時～午後5時	中島 歯科 医院	花小金井南町1-14-22	0424(61)5613
11月17日(日)	午前9時～午後5時	岡村 歯科 医院	学園東町3-2-8-1	042(343)2637

日程	診療時間	と ころ	科 目	所 在 地	電 話 番 号
月曜～土曜(祝日、年末年始を除く)	午後7時30分～10時30分	(初)小平市医師会 平日準夜応急診療所	内・小	学園東町1-19-12 (健康センター内)	042(346)3706

東京都実施の救急診療の問合せ		相談員受付・24時間
東京消防庁テレホンサービス	042(521)2323	
ひまわり情報センター夜間休日診療案内	03(5272)0303	