

# お知らせ



健康・福祉

さんぶの森元気館

10周年記念イベント開催

各種プログラム、発表会、市内特産物・記念品（Tシャツ・タオル）の販売など、たくさんの催し物をご用意しています。ご来館だけでも大歓迎！プレゼントを用意して、SUNムシくん・むーちゃんとお待ちしています。

開催日 3月22日(日)

時間 午前10時～午後8時

場所 さんぶの森元気館

☎0475(80)9300

## 平成27年度集団がん検診

4月1日(水)の新聞に折り込まれる「平成27年度保健事業案内」に、がん検診の日程・料金等の詳しいご案内と申し込みはがきが入ります。忘れずにご確認ください。

申込期限 4月17日(金) (当日消印有効)

対象者 山武市民で、各該当年齢に達する方  
(年齢基準日は平成28年3月31日)

検診種類	対象者	平成27年度実施予定
胃がん	40歳以上の方	6月
大腸がん		
肺がん	40歳以上の方	7～8月上旬
前立腺がん	50歳以上の男性	
肝炎ウイルス	40歳以上の方で過去に肝炎検査を受けていない方	
乳がん	30歳以上の女性	8月中旬～9月中旬
子宮がん	20歳以上の女性	

☎ 健康支援課 ☎0475(80)1171

医療費通知を確認しましょう

市では、医療機関で受診された国民健康保険の被保険者に医療費通知を年4回送付しています。3月中旬頃、医療費通知を送付する予定です。ご確認ください。

内容に覚えがない場合

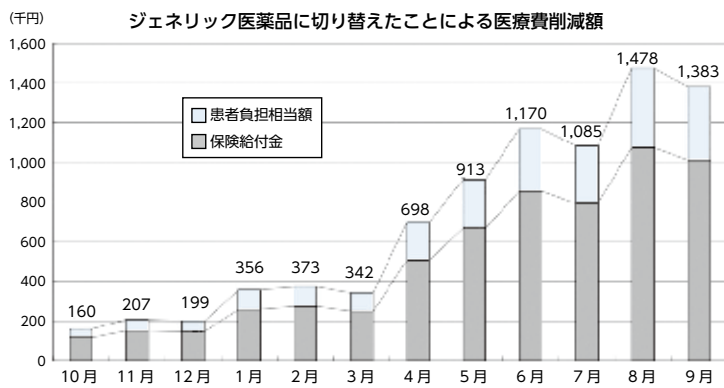
記載されている医療機関等で診療を受けていない、日数が多いなど不明な点がありましたら、お手元の領収書等をご覧になり、医療機関に確認してください。

☎ 国保年金課

☎0475(80)1143

ジェネリック医薬品を上手に利用しましょう！

市では、国民健康保険に加入されている方を対象に、ジェネリック医薬品差額通知を送付しています。差額通知とは、現在処方されている薬をジェネリック医薬品に



切り替えることで、自己負担額がどれくらい安くなるかをお知らせするものです。

平成25年9月から平成26年9月までの間に、延べ4790人の方に送付しました。差額通知後のジェネリック医薬品への切り替えによる、医療費の削減効果は1年間で約836万円でした。

ジェネリック医薬品に切り替えることで、医療機関窓口での自己負担額が軽減されると同時に、国民健康保険財政の健全化を図ることが期待できます。

【留意事項】

- ・すべての薬にジェネリック医薬品があるわけではありません。
- ・ジェネリック医薬品に切り替えたことにより、薬自体の価格は下がっても、諸費用などにより支払い金額が安くない場合もあります。

・ジェネリック医薬品を試したいときは、医師・薬剤師に相談しましょう。

☎ 国保年金課

☎0475(80)1143



## 国民健康保険の加入・脱退の届出はお早めに!!

春は卒業や入学・就職など、異動の多い季節です。職場の健康保険に加入したり、退職された場合は、国民健康保険への届出が必要です。

※国民健康保険の資格取得（加入）・喪失（脱退）の届出は、14日以内に行いましょう。

### ◆国民健康保険に加入する場合

こんなとき	届出に必要なもの
職場の健康保険の資格がなくなったとき	職場の健康保険の資格喪失証明書、印鑑、本人確認ができるもの
他の市区町村から転入したとき(職場の健康保険に加入していない場合)	転出証明書、印鑑、本人確認ができるもの

### ◆国民健康保険を脱退する場合

こんなとき	届出に必要なもの
職場の健康保険に加入したとき	国保保険証、社会保険証、印鑑
他の市区町村へ転出するとき(職場の健康保険に加入していない場合)	国保保険証、印鑑

### ◆その他

こんなとき	届出に必要なもの
住所、世帯主などが変わったとき	国保保険証、印鑑、本人確認ができるもの
学生が修学のため市外へ転出したとき	国保保険証、在学証明書、印鑑
上記、学生が卒業または退学したとき	国保保険証、退学通知等、印鑑
保険証を紛失したり、汚れて使用できなくなったとき(再発行)	本人確認ができるもの、印鑑

※「本人確認ができるもの」とは、パスポートや運転免許証などの官公署が発行した顔写真つき

の証明書または年金手帳、住基カードなどを指します(顔写真がない物の場合は2種類以上必要です)。

※本人確認が出来ない場合には、窓口で被保険者証の即時交付は出来ません。後日郵送となります。

☎ 国保年金課

☎ 0475(80)1143

## 国民年金保険料の後納制度があります

後納制度とは、過去10年間に納め忘れた保険料を納めることができる制度です。

後納制度を利用することで、将来の年金額を増やしたり、納付期間が不足して年金受給資格を得なかつた方が、年金受給資格を得られる場合があります。過去10年以内に納め忘れの保険料がある方は、ぜひご利用ください。後納保険料を納付するために

は、事前の申し込みが必要です。後納制度が利用できる期限は、平成27年9月30日までですので、お早めにお申し込みください。

詳しくは国民年金保険料専用ダイヤルへお問い合わせください。

☎ 国民年金保険料専用ダイヤル

☎ 0570(011)050

(受付時間)  
月・金曜日 午前8時半～午後5時15分(月は午後7時まで)  
第2土曜日 午前9時半～午後4時

## 3月は自殺対策強化月間です

自殺は、心理的に追い込まれた末の死とされています。

尊い命を守るため、多くの人にゲートキーパー(命の門番)になっていただくことが望まれています。

### ゲートキーパーの5つの役割

- ①家族や仲間の変化に「気づく」
- ②気づいたら「声をかける」
- ③相手の気持ちによりそって「傾聴する」
- ④早めに適切な専門家に「つなぐ」
- ⑤温かくよりそいながら「見守る」

あなたもゲートキーパーの輪にはいりませんか?

- ・よりそいホットライン ☎0120(279)338
- ・いのちの電話 ☎043(227)3900
- ・健康支援課 ☎0475(80)1171

