

# お知らせ



健康・福祉

## キッチン・スクールのお誘い

春休みに料理教室を開催します。バランスの取れた食事をつくりましょう。

**日時** 3月25日(土) 午前10時～午後2時

**場所** さんぶの森中央会館

**対象** 市内在住の小学生(保護者同伴のこと)・市内在住の中学生、高校生

(保護者の方もどうぞ)

※未就学児の同伴はご遠慮ください。

**定員** 30人

(先着順)

**参加費** 無料

**申込期間** 3月1日(水)～

定員になり次第締切

(平日午前8時30分～午後5時)

**持ち物** エプロン、三角巾、布巾2枚、手拭きタオル、筆記用具、甘くない飲み物

**申・問** 健康支援課

☎0475(80)1172

**主催** 山武市保健推進員協議会



## 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言われています。

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。ゲートキーパーには5つの役割があります。

- 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?

**問** 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



## 重度心身障害者医療費等

助成制度

重度の障がいがある方に、医療費等の一部を助成する制度です。

**対象者** 身体障害者手帳1級または2級、療育手帳(A)、(A)の1、(A)の2、Aの1、Aの2のいずれかの手帳所持者(ただし平成27年8月1日以降、65歳以上で新たに該当する障害者手帳を取得された方は対象外となります)。

また、平成27年8月1日以降、県外から山武市に転入された方で、該当する障害者手帳を取得された年齢が65歳を超えている場合は制度の対象から除かれます。  
**助成対象** 保険診療の一部負担金が助成されます。

健康保険が適用されないものや、第三者から損害賠償を受けられる場合(交通事故等)は助成対象外となります。

助成を受けるためには「重度心身障害者医療費等助成資格認定申請書」を提出し、助成資格の認定を受ける必要があります。受給資格を審査し、該当する方に「重度心身障害者医療費助成受給券」を交付します。

※所得制限等により、対象外となる可能性もあります。詳しくはお問い合わせください。

**問** 社会福祉課

☎0475(80)2614

## ジェネリック医薬品差額 通知書を郵送します

市では、医療費の自己負担額軽減と医療保険財政の健全化を目的として、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3月中旬に送付します。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します。

**対象となる方**

平成28年11月に、投与期間7日間以上の薬の処方を受けた65歳以上の方のうち、ジェネリック医薬品に切り替えることで200円以上を軽減できる方

**問** 国保年金課

☎0475(80)1143



# お知らせ

## 医療費通知を確認しましょう

医療機関で受診された国民健康保険の被保険者(世帯主宛)に医療費通知を3月中旬に郵送しますのでご確認ください。

### 内容に覚えがない場合

医療費通知を確認し、記載されている医療機関等で診療を受けていない、日数・回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。

※医療費通知は、確定申告における医療費控除の証明書として使用できません。医療機関の領収書は大切に保管しましょう。

※窓口負担額は、1円単位で記載されますが、実際に支払われた額は10円未満を四捨五入した額になります。

### 国保年金課

☎0475(80)1143

## 退職後の国民年金の手続き

厚生年金に加入していた60歳未満の方が会社等を退職された場合、国民年金に加入するための手

続きが必要です(厚生年金のある会社等に再就職する場合を除く)。

また、退職した方に扶養されていた60歳未満の配偶者(夫・妻)についても、同様に国民年金の手続きが必要です。

この手続きを怠ると、年金額が減る場合や、年金そのものが受け取れなくなる場合がありますのでご注意ください。

手続きには、厚生年金の資格を喪失したことがわかる書類(資格喪失証明書・雇用保険被保険者離職票・退職証明書等)および年金手帳・印鑑が必要です。

### 国保年金課

☎0475(80)1142

## 休日救急歯科診療所が診療終了(廃止)となります

山武郡市医療福祉センター内に設置の休日救急歯科診療所は、3月26日(日)をもって診療終了(廃止)となります。

今後は、山武郡市歯科医師会の協力を得て、年末年始の午前中のみ、山武郡市内の歯科医院により、当番医制で診療を行います。

### 山武郡市広域行政組合

☎0475(50)2533

## 平成29年度集団がん検診のご案内

4月1日(土)の新聞に折り込まれる「平成29年度山武市保健事業案内」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!

申し込み締め切りは4月14日(金)です。(当日消印有効)

対象者は、山武市民で、各該当年齢に達する方です。(年齢基準日は平成30年3月31日)

### ●集団がん検診等 実施時期

検診種類	対象者	平成29年度実施予定
胃がん	40歳以上の方	6月
大腸がん		
肺がん・結核	40歳以上の方	6月下旬～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	

※肺がん検診・前立腺がん検診・肝炎ウイルス検診は、特定健康診査(40歳以上の国民健康保険加入者と後期高齢者医療加入者を対象とする健診)と同時に実施となります。

※申し込み方法は「平成29年度山武市保健事業案内」「広報さんむ4月号」でお知らせします。

☎健康支援課 ☎0475(80)1171



# 国民健康保険の加入・脱退の届け出はお早めに!!

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、または退職された場合は、市役所への届出が必要です。

## ◆ 国民健康保険に加入する場合

こんなとき	届け出に必要なもの
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	届け出に必要なもの
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	届け出に必要なもの
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
上記の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

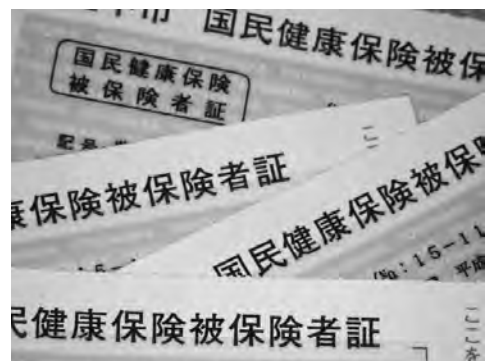
※国民健康保険の資格取得（加入）・喪失（脱退）の届出は、14日以内に行いましょう。

※届出には個人番号（マイナンバー）の記入が必要です。

個人番号カードなど個人番号がわかるものもお持ちください。

※「本人確認ができるもの」とは、パスポートや運転免許証、個人番号カードなどの官公署が発行した顔写真付きの証明書、または年金手帳や介護保険証などを指します（顔写真がない物の場合は2種類以上必要です）。

※本人確認ができない場合には、窓口で国保保険証の即時交付はできませんので、後日郵送となります。



☎ 国保年金課 ☎0475(80)1143

# お知らせ



## 産業

**農地法許可申請締切日が変更になります**

平成29年4月の農業委員会総会審議分から農地法許可申請の締め切り日が、総会開催日の属する月の前月の20日(20日が閉庁日の場合は直前の開庁日)に変更になります。

☎ 農業委員会事務局

☎ 0475(80)1241

### 3月、4月の締切日

総会開催月	農地法許可申請締切日	総会日(予定)
3月	3月10日(金)	3月17日(金)
4月	3月17日(金)	4月5日(水)

※ 5月以降の予定はホームページをご覧ください。  
 HP <http://www.city.sammu.lg.jp/soshiki/20/simekiribihenkou.html>



## 暮らし・環境

**バスに乗ってお花見に行きませんか?**

成東駅から八街駅を結ぶ路線バス「八街線」の沿線にある妙宣寺は、左右一対のしだれ桜が境内を覆うように咲き誇ることで有名なお寺です。桜の見ごろの時期は、駐車場が満車になるくらいに花見客が訪れます。八街線の「妙宣寺バス停」を降りると、すぐ目の前です。

また、そこから歩いて5分ほどの距離にある長光寺も、杉の参道を抜けると立派なしだれ桜が佇むお寺です。

この機会に、ぜひバスに乗ってお花見に出かけてみませんか?  
 企画政策課

☎ 0475(80)1131



妙宣寺のしだれ桜。見頃は3月下旬

春の全国火災予防運動  
**「消しましょうその火その時」**  
 その場所です

3月1〜7日は、「春の全国火災予防運動」の期間です。

この季節は、火災が発生しやすくなります。火災から大切な命と財産を守るため、家庭での火の取り扱いに注意し、火災に対する対策をしましょう。

☎ 消防防災課

☎ 0475(80)1119

地域安全ニュース  
**自転車盗の被害防止**

**鍵は必ず**

ワンサイクル・ツーロック

山武警察署管内で自転車盗が多発しています。

次のポイントに気を付けて、被害に遭わないよう、十分に注意してください。

◆駐輪したら必ず鍵をかけましょう

盗まれた自転車の約半数は鍵をかけたままに被害に遭っています。

被害に遭わないための第一歩は鍵をかけることです。また、自宅に駐輪する際も鍵をかけましょう。

◆基本の施錠以外にもう一つ鍵をかけましょう

基本施錠のほかにワイヤー錠をするなど、ツーロックで盗難対策を実施しましょう。

◆管理の行き届いた駐輪場を選びましょう

路上への駐輪はやめ、決められた駐輪場に止めましょう。

照明、防犯カメラの設置や、警備員が巡回しているなど管理の行き届いた駐輪場を選びましょう。

◆防犯登録をする

自転車の防犯登録は、自転車の安全利用の促進および自転車等の駐車対策の総合的推進に関する法律で義務付けられています。

防犯登録をすることにより、被害に遭った場合でも、発見しやすくなります。





## 万が一に備えて、自転車も 保険に加入しましょう

自転車は便利な乗り物ですが、「車両」であることから、交通ルールやマナーを守らず、危険な運転をすると、重大な交通事故につながる恐れがあります。交通ルールやマナーを守り、「交通事故に遭わない」、「交通事故を起こさない」ようにしましょう。

### ◆自転車安全利用五則

- ①自転車は車道が原則、歩道は例外
- ②車両は左側を通行
- ③歩道は歩行者優先で車道寄りを徐行
- ④安全ルールを守る

- ・ 飲酒運転、二人乗り等の禁止
- ・ 夜間はライトを点灯
- ・ 信号を守る
- ・ 交差点での一時停止安全確認
- ・ 傘差し・携帯電話等使用の禁止
- ・ ヘッドホン等使用禁止
- ⑤子どもはヘルメットを着用

近年、自転車同士の事故のほか、自転車加害者となり歩行者にけがを負わせてしまい、自転車の運転者やその家族に高額な損害賠償が請求される事故が発生していますので、自転車も保険に加入しましょう。

また、保険に加入しなくても、損害保険やクレジットカードに自転車保険が付いている場合があります。

なお、どちらも適用にならない場合は、保険会社の取扱代理店として損害賠償保険を取り扱っている自転車販売店もありますので、最寄りの自転車販売店に問い合わせください。

### ◆ちばペダル弱虫ペダルと学ぶ自転車交通安全

自転車安全利用に関する情報を盛り込んだ「弱虫ペダル」のオリジナルアニメをWEBサイトで公開中です。ぜひご覧ください。

HP <http://chibapedal.jp/>

☎ 市民課

☎ 0475(80)1271

### サマージャンボ・オートムジャンボ宝くじの収益金の活用

市町村振興宝くじ(サマージャンボ宝くじ)、新市町村振興宝くじ(オートムジャンボ宝くじ)の収益金は、災害対策や芸術文化の振興等に活用するため、公益財団法人千葉県市町村振興会を通じて各市町村へ配分されています。

山武市においても、防災備蓄物

資の整備、図書館の図書の実等へ活用しています。

### 引っ越しの際には手続きを し尿のくみ取り

引っ越し等により、くみ取り式トイレを利用する方や利用しなくなる方は、し尿のくみ取りに関する手続きが必要になります。

住民票の転入・転出届だけでは、自動的に加入や取り消しとはなりませんので必ず手続きをお願いします。手続きを忘れた場合は、くみ取りが必要になっても、申請手続きをされた後にくみ取り作業の手配となるため、作業までに時間がかかります。また、転居後、従前どおりのくみ取りが行われ、料金が発生する場合があります。

☎ 山武郡市広域行政組合

環境衛生課 料金係

☎ 0475(54)0531

### リサイクル倉庫の 利用の仕方

市では、リサイクル倉庫(古紙収集場所)を設置しています。回収品目は、新聞・雑誌・古本・牛乳パック・衣類です。リサイクル倉庫を活

用し、紙リサイクルにご協力ください。また、利用の際は、次のことに注意のうえご利用ください。

### ◆利用上の注意

- ・ 紙類以外のもの(ビニール、金属、プラスチック類)が混入しているものは収集できません。
- ・ ダンボールは開いて折りたたんでください。
- ・ 新聞・雑誌・古本は崩れないようにひもで十字に縛ってください。
- ・ 衣類は、透明なビニール袋に入れてください。

**回収可**：衣類・タオル・シート  
**回収不可**：布団・毛布・座布団・クッション

### ◆リサイクル倉庫の場所

**山武市役所保健センター前**  
午前8時30分～午後5時

**山武市民交流センターあららぎ館**  
午前8時30分～午後4時

**松尾出張所**

午前8時30分～午後5時 土・日・祝日は利用できません。

受付：松尾出張所

**蓮沼保健センター駐車場**

午前8時30分～午後5時 土・日・月・祝日は利用できません。  
受付：蓮沼保健センター

☎ 環境保全課

☎ 0475(80)0161