国民健康保険加入者の皆さんへ

▽申請先／問い合わせ先＝国保年金課国保係（☎内線１４３・１４４）

■高齢受給者証の更新

国民健康保険に加入している70歳から74歳までの人が現在使用している高齢受給者証の有効期限は、７月31日です。

７月中に新しい高齢受給者証を郵送しますので、８月１日以降に医療機関で診察を受けるときは、新しい高齢受給者証を提示してください。

有効期限経過後の高齢受給者証は回収しませんので、速やかに破棄してください。

■医療費の負担割合

高齢受給者証をお持ちの人の医療費の負担割合は、前年の所得状況により判定され、８月１日から次のとおり適用されます。

○市民税の課税所得が１４５万円未満の人＝２割負担

○市民税の課税所得が１４５万円以上の人＝３割負担

※３割負担の人でも、申請することで２割または１割負担になる場合があります。

該当する人には、手続きのお知らせを郵送します。必要に応じて申請してください。

※平成31年度市民税の申告が済んでいない世帯では、所得が確定したときに負担割合が変わる場合があります。

■限度額適用・標準負担額減額認定証の申請

長期入院中の人や、高齢受給者証をお持ちの人で、所得などが基準に該当する人に、「限度額適用認定証」または「限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付申請のお知らせを郵送します。

認定証を保険証や高齢受給者証と一緒に医療機関に提示することで、外来受診・入院時の一部負担金と食事代が軽減されます。

申請の際は、保険証と印鑑および申請人の本人確認ができる書類をお持ちの上、市役所本庁国保年金課、三陸支所、綾里・吉浜地域振興出張所の窓口にお越しください。

郵送による申請も受け付けます。

※今回郵送されない人でも、急な入院などにより認定証が必要になった場合は、各窓口で申請を随時受け付けます。

※平成31年度市民税の申告が済んでいない世帯は、所得が確定したときに負担割合が変わる場合があります。

■正しい保険証使用をお願いします

就職などにより、新しい保険証の資格取得日以降に、国保の保険証を使用して医療機関などを受診した場合、市が医療機関などへ支払った医療費を返還する必要があります。

新しい保険証が届いていない間に受診する際は、保険を変更したことを申し出の上、受診してください。

後期高齢者医療制度加入者の皆さんへ

▽申請先／問い合わせ先＝国保年金課医療給付係（☎内線１４８）

■保険証の更新

現在使用している保険証の有効期限は、７月31日です。

７月中に新しい保険証を郵送しますので、８月１日以降に医療機関で診察を受けるときは、新しい保険証を提示してください。

有効期限経過後の保険証は回収しませんので、速やかに破棄してください。

■医療費の負担割合

後期高齢者医療制度の保険証をお持ちの人の医療費の負担割合は、前年の所得状況により判定され、８月１日から次のとおり適用されます。

○一般＝１割負担

○一定以上の所得がある人

（同一世帯に市民税の課税所得が１４５万円以上の後期高齢者医療制度加入者がいる人）＝３割負担

※３割負担の人でも、一定の要件を満たすときは、申請することで１割負担になる場合があります。該当する人には、手続きのお知らせを郵送します。必要に応じて申請してください。郵送による申請も受け付けます。

※平成31年度市民税の申告が済んでいない世帯では、所得が確定したときに負担割合が変わる場合があります。

■限度額適用・標準負担額減額認定証の申請

市民税非課税世帯の人は、「限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付申請を行い、交付された認定証を保険証と一緒に医療機関に提示することで、外来受診・入院時の一部負担金と食事代が軽減されます。

すでに認定証をお持ちで、世帯全員の所得の状況が把握できる人には、７月末までに新しい認定証を郵送します。

なお、新たに申請が必要な人には、７月上旬に手続きのお知らせを郵送していますので、必要に応じて申請してください。郵送による申請も受け付けます。

子ども・重度心身障がい者・ひとり親家庭・寡婦などの医療費助成制度のお知らせ

▽申請先／問い合わせ先　国保年金課医療給付係（☎内線１４２）

■医療費受給者証の更新

現在使用している受給者証の有効期限は、７月31日までです。７月中に新しい受給者証を郵送しますので、８月１日以降に医療機関で診察を受けるときは、新しい受給者証を提示してください。

有効期限経過後の受給者証は回収しませんので、速やかに破棄してください。

■医療費の助成

医療機関などで医療を受けた際の医療費の一部を、市が助成する制度があります。

対象となるのは下表に該当する人で、助成を受けるためには申請が必要です。

申請の際は、市役所本庁国保年金課、三陸支所、綾里・吉浜地域振興出張所の窓口にお越しください。

※前年の所得により該当しない場合もあります。

■小学生の助成方法が変わります

８月１日から、小学生が医療機関などで医療を受ける時は、窓口で保険証と受給者証を提示することで、窓口での負担がなくなります。

■医療費助成事業の対象者

区　分	対象となる人
子　ど　も	未就学児、小学生、中学生
重度心身障がい者	身体障害者手帳１・２級、障害基礎年金１級、療育手帳Ａ、特別児童扶養手当１級の人
ひとり親家庭	・児童とその児童を扶養している配偶者のいない父母 ・父母のいない児童 ※児童＝児童が18歳に達した以後の最初の３月31日まで該当
寡婦など	かつて配偶者のいない母（父）として20歳未満の児童を扶養していた70歳未満の人

認知症予防に効果あり！「脳力アップ教室」を開催

▷申込先／問い合わせ先＝地域包括ケア推進室（☎㉖2943／FAX㉗1589）

認知症の人の割合は、高齢者のうち15％ともいわれており、とても身近な病気の１つです。

そこで、認知症のリスクを軽減するために、気軽に取り組める頭と体のトレーニングに加えて、笑いや食生活の効果を実感する全７回の教室を開催します。長い人生をいきいきと暮らすために、ぜひお役立てください。

▷**期日**＝右表のとおり

▷**時間**＝午前10時30分～11時30分

※受け付けは午前10時～

▷**場所**＝カメリアホール１階多目的室

▷**対象者**＝おおむね65歳以上の人

▷**参加料**＝無料

▷**定員**＝20人

▷**申込方法**＝電話またはファクスで申し込みください。

・電話受付時間は平日午前９時～午後５時

・ファクスは件名を「脳力アップ教室参加」とし、①氏名（フリガナ）②生年月日③電話番号④住所を記載ください。

▷**申込締切**＝８月16日（金）

※定員になり次第締め切り

▷**内容**

①調子のいい頭と体のつくり方

講師＝気仙地域リハビリテーション広域支援センター作業療法士

②楽しくココロを活性化！笑いのススメ

講師＝佐々木寿子さん（ラフターヨガ・ティーチャー）

③令和時代の脳活ごはん（試食あり）

講師＝地域包括ケア推進室職員

※内容は変更になることがあります

▷**持参するもの**＝屋外用運動靴、飲み物、タオル

※９月３日（火）、17日（火）は不要

開催期日および内容

期　日	内　容
８月20日（火）	①調子のいい頭と体のつくり方
８月27日（火）	①調子のいい頭と体のつくり方
９月３日（火）	②楽しくココロを活性化！笑いのススメ
９月10日（火）	①調子のいい頭と体のつくり方
９月17日（火）	③令和時代の脳活ごはん
10月１日（火）	①調子のいい頭と体のつくり方
10月８日（火）	①調子のいい頭と体のつくり方

▷問い合わせ＝市役所☎0192㉗3111