

**国民健康保険証が新しくなります**

現在使用している国民健康保険証の有効期限は、9月30日(月)です。新しい保険証を9月30日まで

に簡易書留で郵送します。「国民健康保険証の更新について」のはがきが届いた方は、保険年金課徴収係か、管轄の総合支所での更新となります。修学のため、世帯員の方が親元を離れる場合、別に保険証を交付します。在学証明書(学生証不可、市内に住所がある方は不要)、印鑑、保険証を持参し、保険年金課賦課係、各総合支所、本庁の各支所に届け出てください。

※既に交付されている場合でも、保険証が新しくなれば改めて申請が必要。特別な事情で一時下関市を離れる場合で遠隔地保険証を交付されている場合も同様

●**特定健診**平成25年4月1日現在、国民健康保険加入者で昭和13年4月1日〜昭和49年3月31日生まれの方に、受診券を発行しています。今年度中に75歳になる方も受診券を発行していますが、誕生日以降は無効となりますのでご注意ください。健診期間は3月25日までですが、まだ受診していない

方は早めの受診をお勧めします。※同じ年度内に特定健診と人間ドックの両方の受診不可  
 ◎本人負担額 ▼40歳〜64歳 11800円 ▼65歳〜74歳 11400円 ◎受診券と国民健康保険証を持って市内の協力医療機関へ。日時などは事前に連絡を。  
 ●**特定保健指導**(無料) 特定健診の結果から、生活習慣病発症リスクの高い方に生活習慣を見直すサポートを行います。リスクに応じて「動機づけ支援」と「積極的支援」に分けられ、対象者には特定保健指導利用券を送付します。積極的に参加を。

**「特定保健指導」**

◎市内に住所がある昭和23年10月1日以前に生まれた方で、日常生活に介護が必要なため介護保険のサービス希望する方 ◎介護保険課、各総合支所市民生活課、本庁の各支所 ◎介護保険被保険者証 ◎介護保険課(☎231-3184)

**国民健康保険料は必ず納期限までに**

皆さんが病院などで診療を受けた時の医療費は、一人ひとりの保

険料で支えられています。特別な事情なく保険料を滞納した場合は、有効期限が通常より短い被保険者証(短期被保険者証)や、医療費が全額自己負担となる被保険者資格証明書の交付を行うことがあります。保険料は必ず納期限内に納めましょう。納付が困難な場合は、早めに窓口へ相談を。  
 ◎国民健康保険料(☎231-1689)、各総合支所市民生活課

◎**介護保険サービスの利用を希望する方は認定申請を**  
 ◎市内に住所がある昭和23年10月1日以前に生まれた方で、日常生活に介護が必要なため介護保険のサービス希望する方 ◎介護保険課、各総合支所市民生活課、本庁の各支所 ◎介護保険被保険者証 ◎介護保険課(☎231-3184)

**介護保険サービスの利用を希望する方は認定申請を**

◎市内に住所がある昭和23年10月1日以前に生まれた方で、日常生活に介護が必要なため介護保険のサービス希望する方 ◎介護保険課、各総合支所市民生活課、本庁の各支所 ◎介護保険被保険者証 ◎介護保険課(☎231-3184)

険料で支えられています。特別な事情なく保険料を滞納した場合は、有効期限が通常より短い被保険者証(短期被保険者証)や、医療費が全額自己負担となる被保険者資格証明書の交付を行うことがあります。保険料は必ず納期限内に納めましょう。納付が困難な場合は、早めに窓口へ相談を。  
 ◎国民健康保険料(☎231-1689)、各総合支所市民生活課



**口座振替で国民健康保険料の支払いを希望する方へ**

国民健康保険料の支払いが特別徴収(年金引き去り)の方で、口座振替に変更したい方は申請を。12月支給分年金からの特別徴収中止を希望する方は、9月30日(月)までに申請を。特別徴収になる前までに納付書で支払いをしていただいた方は、事前に金融機関で口座振替の手続きが必要です。

国民健康保険料の支払いが特別徴収(年金引き去り)の方で、口座振替に変更したい方は申請を。12月支給分年金からの特別徴収中止を希望する方は、9月30日(月)までに申請を。特別徴収になる前までに納付書で支払いをしていただいた方は、事前に金融機関で口座振替の手続きが必要です。

**交通事故のときは必ず国民健康保険などに届け出を**

国民健康保険や後期高齢者医療制度に加入中、交通事故など第三者から被害を受け、国民健康保険や後期高齢者医療制度を使って治療を受けた場合、第三者行為による被害届が必要です。



**相談**

**ヘルシーランド下関 一日健康相談**

◎9月27日(金)午前10時〜午後1時 ◎血圧測定、骨密度測定、下関保健部の保健師による健康相談 ※施設の利用料は必要  
 ◎ヘルシーランド下関 (☎256-6926)

**国民年金の受給者相談会**

◎10月17日、12月19日、2月20日 ▼社会福祉

協議会豊田支所 9月27日、11月22日、1月24日、3月28日  
 ▼川棚公民館 9月17日、11月19日、1月21日、3月18日  
 ▼豊北保健福祉センター 9月26日、10月24日、11月28日、12月26日、1月23日、2月27日、3月27日  
 ▼時間 いずれも午前10時〜午後4時  
 ◎下関年金事務所(☎222-5587)、市保険年金課(☎231-1931)



**9月の総合(心配ごと)相談**

◎下表の通り  
 ▷社会福祉協議会=午前10時〜午後3時  
 ▷社協各支所=午前10時〜正午  
 ※豊田支所の年金相談は午後4時まで

日	場所/相談員	問
4	社会福祉センター/民・人・行	①
5	彦島公民館/民	
12	長府東公民館/民・行	
18	川中公民館分館/民・行	
19	安岡公民館/民	
26	小月公民館/民	②
10	勝山公民館/民・行	
10	きくがわ総合相談センター/人・同・行	
27	社協豊田支所/人・行・年	
20	豊浦総合支所/人・年	
20	豊北保健福祉センター/人・行	⑤

◎国民年金事務所(☎222-5587)、市保険年金課(☎231-1931)

民…民生児童委員 人…人権擁護委員  
 行…行政相談委員 ※法務局職員も来所  
 同…司法書士 社…社会保険労務士  
 年…年金事務所