

# 保険証の更新

現在の被保険者証(被保険者証兼高齢受給者証)は7月31日(水)が有効期限です。8月1日(木)から有効の新しい被保険者証は、7月中旬に簡易書留で郵送します。8月になっても届かない・内容に誤りがある場合はご連絡ください。

## 国民健康保険被保険者証

同世帯の該当者全員分を世帯主宛てに郵送します。

### ◎医療費の自己負担割合

70歳以上の被保険者で、令和6年度の住民税課税所得が145万円以上の方が1人でもいる世帯は3割です。前年中の所得で判定するため、所得の申告が必要です。未申告の方は、税務署・課税課(市役所本庁舎1階)で申告してください。

### ◎他の健康保険に加入したときは届け出を

就職したときや家族の健康保険の被扶養者になったときなどは、必ず届け出をしてください。

☎ 国保年金課・内線930



▲有効期間：8月1日～最長令和7年7月31日

## 後期高齢者医療被保険者証

### ◎被保険者証の更新・保険料決定通知書(納入通知書)の送付

現在の被保険者証は薄茶色、8月1日(木)から有効の新しい被保険者証は緑色です。

令和6年度の保険料額や納入方法を記載した「保険料決定通知書(納入通知書)」も、7月中旬に郵送します。

### ◎「限度額適用・標準負担額減額認定証」および「限度額適用認定証」の更新

医療費の自己負担割合が1割の方で、世帯全員が市・県民税非課税の場合は、申請により限度額適用・標準負担額減額認定証を交付します。自己負担割合が3割の方で、同世帯の後期高齢者医療被保険者全員が住民税課税所得690万円未満の場合、申請により限度額適用認定証を交付します。認定証を医療機関で提示すると、医療費を所得に応じた自己負担限度額まで抑えられます(市・県民税非課税世帯の方は入院時の食事代も減額)。現在認定証をお持ちの方で、8月以降も対象の方には、新しい被保険者証と一緒に郵送します。

※有効期限切れの被保険者証や認定証は、細断するなど確実に処分してください。国保年金課(市役所本庁舎1階)・各行政サービスセンターに返却も可能です。

☎ 国保年金課・内線928



▲有効期間：8月1日～令和7年7月31日

## 納付が困難な方へ

# 国民年金保険料の免除・猶予

経済的に保険料の納付が困難なときは、納付が免除・猶予される場合があります。

令和6年度分(7月～令和7年6月)の受け付けを開始しました。過去の期間分でも、申請日から2年1カ月前までさかのぼって申請できます。未納期間がある方は事前にご相談ください。

☎ 国保年金課・内線911



## 7月 | 健康教室

### ◎心の健康に関する教室

教室名	日時
アルコール教室	5日(金)14時30分～16時
心の健康クラブ	22日(月)14時～16時

所 保健センター  
☎ 障害者支援課・内線475  
※遊具うんどう教室は開催しません。

## 健康メモ No.467

### 発熱と腹痛

コロナ禍で、「発熱」といえば「コロナ」、「コロナ」といえば「発熱」と結び付ける方が多くなりました。また「発熱しても市販薬で様子を見ましよう」と啓発され、それに従う方も多くなったことが実情です。そのような中、咳・痰・鼻水・咽頭痛などの症状が全くなく、発熱と腹痛のみにもかかわらず、市販薬で様子を見ましよう方がちらほらと見受けられます。発熱と腹痛のみの場合、風邪ではなく、おなかの中が化膿していたり、炎症を起こしている臓器があることがあります。皆さんがよく知っている「胆石胆のう炎」や、腸の壁に

膨らんだ餅のような袋ができて化膿してしまう「結腸憩室炎」、腎臓にばい菌が入って起きる「腎盂腎炎」など、さまざまな病気があります。これらの病気は、早めの抗生剤の投与や手術が必要な場合もあります。そのため、咳・痰・鼻水・咽頭痛などの症状が全くなく、発熱と腹痛のみの場合は、様子を見るのではなく、早めに医師にご相談ください。

ケアナーシングワイズ  
外科・内科クリニック  
植村豊

☎ 健康づくり支援課 ☎04-7185-1126

## 広告

# 広告掲載枠

会社やお店のPRにご活用ください

※紙面でのみ掲載しています(ホームページでは非表示)。

規格 縦11.5cm ×横8cm

掲載料 1枠2万円(最大3枠)

☎・☎ 秘書広報課広報室 ☎04-7185-1269

# 広告掲載枠

会社やお店のPRにご活用ください

※紙面でのみ掲載しています(ホームページでは非表示)。

規格 縦11.5cm ×横8cm

掲載料 1枠2万円(最大3枠)

☎・☎ 秘書広報課広報室 ☎04-7185-1269

# 広告掲載枠

会社やお店のPRにご活用ください

※紙面でのみ掲載しています(ホームページでは非表示)。

規格 縦11.5cm ×横8cm

掲載料 1枠2万円(最大3枠)

☎・☎ 秘書広報課広報室 ☎04-7185-1269

【広報あびこに掲載する広告を募集】 会社やお店のPRにご活用ください。広報あびこは新聞折り込みや公共施設などで配布しています。

発行部数 3万7,000部 規格 1枠：縦11.5cm×横8cm※最大3枠 掲載料 1枠：2万円 ☎☎ 秘書広報課広報室 ☎04-7185-1269

※広告内容は市が推奨するものではありません。応募者多数の場合、掲載の優先順位および抽選で決定します。詳しくは市ホームページをご覧ください。



▲市HP