

国保だより



けがや病気など、いざというときに安心して医療が受けられるように、みんなで負担しあって支える国民健康保険。

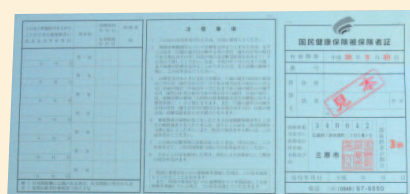
国民健康保険(国保)は、健康保険や共済組合など職場の健康保険に加入していない人や自営業者などが加入する医療保険制度です。

保険証を更新

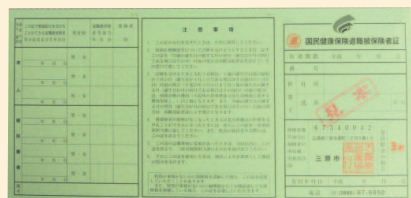
今月1日から、国民健康保険被保険者証(保険証)が、新しくなっています。新しい保険証の色は、一般用が水色、退職者用が緑色です。9月下旬に郵送しましたが、届いてますか。

記載内容を確認して、医療機関などで受診する場合は、必ず窓口で提示してください。届いていない場合は、保険医療課まで連絡してください。なお、一部の世帯について

は、国保税の納付と納付相談を兼ねた窓口更新となります。



一般用の保険証



退職者用の保険証

健康家庭表彰

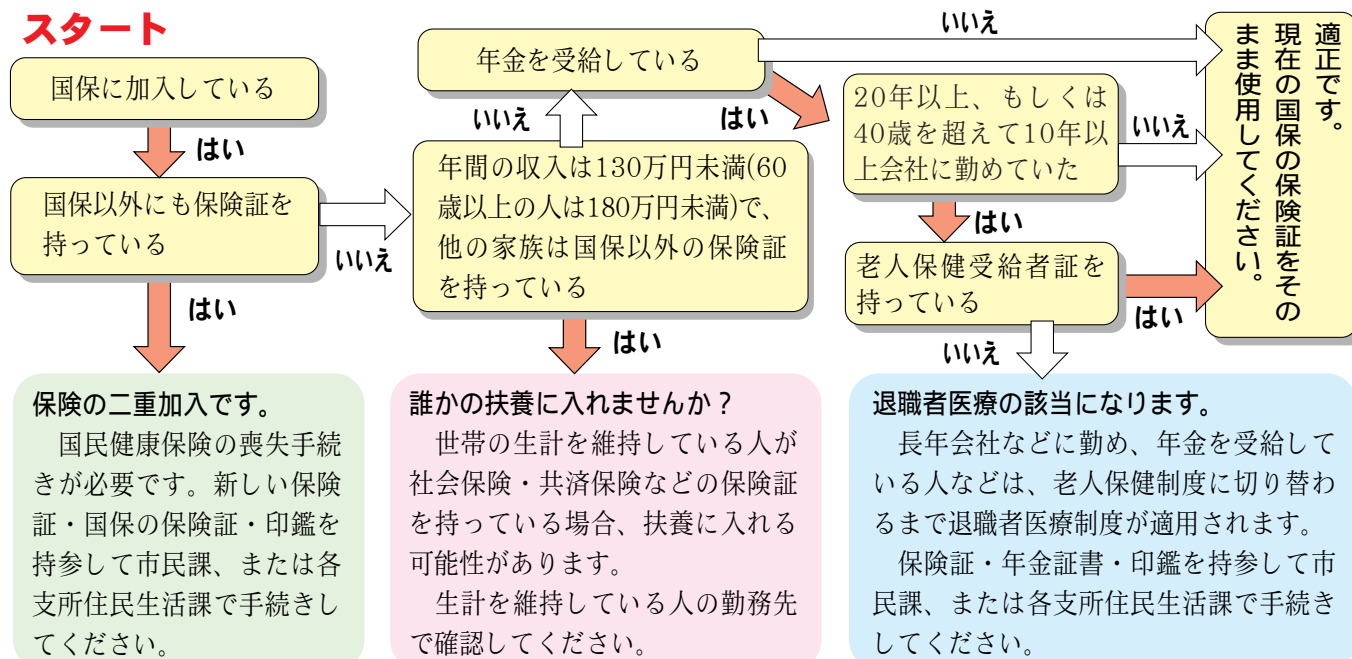
1年間一度も医療機関にかからず、健康に過ごした世帯を表彰します。今年度の被表彰世帯は、つぎのいずれにも該当する531世帯です。代表者を10月27日の市民保健・福祉まつりで表彰し、11月に表彰状と記念品を郵送します。

〈表彰基準〉

- ・平成18年度に1年間継続して国保資格があり、かつ医療機関などへかからなかった世帯
- ・平成18年度の国保税を納期限内に納付した世帯

確認してみてください。あなたの国民健康保険証

スタート



自分で守ろう、自分の健康

健康は、ながい人生を豊かで快適に暮らすために、かけがえないものです。市では、健康管理や健康づくりのための、助成事業を行なっています。今一度、生活習慣を見直して、自分の健康は自分で守っていきましょう。

始めてみませんか ウォーキング

ウォーキングができる時間をみつけて歩いてみませんか？ウォーキングは、これまで運動習慣がなかった人でもすぐに始められる気軽さがあり、体への負担が多くかからない有酸素運動です。またきついと感じたらすぐにペースダウンでき、運動レベルを調整し

やすい点も初心者には安心です。



ウォーキングのポイント

- ・ウォーキング前後はストレッチをしよう。
- ・正しいフォームで歩こう。
- ・友達や仲間、夫婦と会話をしながら歩こう。
- ・車や信号が少ない場所を歩こう。

歩いて健康の旅

歩いた距離に応じて、希望するJR路線地図の升目を塗ってください。各路線を終了するとスタンプを押し、次のJR路線地図と記念品を渡します。

対象 40歳以上の人

申し込み先 保険医療課（☎

0848 676050）、保

健福祉課（☎0848 676

061）、または本郷保健

福祉センター（☎0848

83609）、久井保健福

祉センター（☎0847 8351）、大和保健福祉センター（☎0847 960）



万歩計の貸し出し

対象 40歳以上の人

貸出料 無料

貸出期間 1か月

申し込み先 保険医療課（☎

0848 676050）、保

健福祉課（☎0848 676

061）、または本郷保健

福祉センター（☎0848

83609）、久井保健福

祉センター（☎0847 8551）、大和保健福祉

センター（☎0847 960）



蛍光タスキの貸し出し

夜間や早朝に歩く人の事故防止のため、蛍光タスキを貸し出しています。

対象 小学生以上で2人以上のグループ（小学生は保護者と一緒）

貸出料 無料

申し込み先 保健福祉課（☎

0848 676061）、ま

たは本郷保健福祉センター

（☎0848 83609）、

久井保健福祉センター（☎

0847 8551）、大

和保健福祉センター（☎0

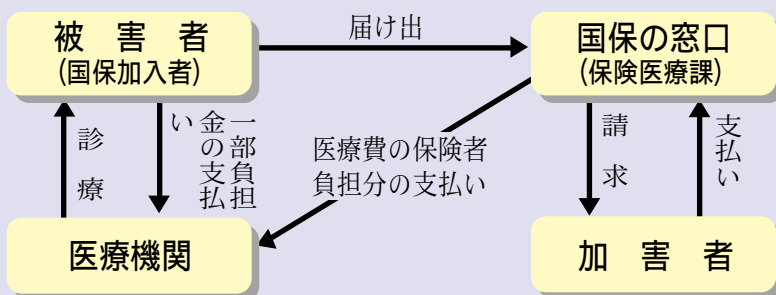
847 960）

交通事故に遭った ときの医療費は？

交通事故などで第三者（加害者）の行為によってけがをしたとき、その医療費は加害者が全額負担するのが原則です。

しかし、その賠償が遅れたりするときは、保険証を使って診療を受けることもでき、このときの費用は、後日国保が加害者に請求することになります。

この場合には、必ず国保の窓口（保険医療課）に連絡し、「第三者行為による被害届」を提出してください。ただし、加害者から医療費を受け取ったり、無断で示談した場合は保険証を使って診療を受けることはできません。



国保についての問い合わせ先
保険医療課（☎0848 676050）FAX 0848 642130