

後期高齢者医療制度のお知らせ

～保険証(被保険者証)の一斉更新について～



保険証が新しくなります

現在ご使用の保険証の有効期限が7月31日(金)で満了となるため、8月以降は使用できなくなります。

7月中に新しい保険証を交付しますので、お手元に届きましたら、オレンジ色のものをご使用ください。

- ◎新しい保険証の有効期限は、平成28年7月31日(日)までです。
- ◎紛失したときや、汚れたときは再交付しますので、市役所防災庁舎2階医療年金課医療給付担当までお申し出ください。

後期高齢者医療被保険者証	
有効期限 平成28年 7月31日	
被保険者番号	01234567
住所	広域市連合町1丁目
氏名	広域 太郎 男
生年月日	昭和 7年 7月 7日
医療給付開始日	平成20年 4月 1日
発給年月日	平成20年 4月 1日
交付年月日	平成27年 7月 1日
一部負担金の割合	1割
保険者番号並びに被保険者の名称及び印	39011010 公印(朱)

新しい保険証の色は**オレンジ色**です▲

減額認定証も新しくなります

現在ご使用の減額認定証(限度額適用・標準負担額減額認定証)の有効期限が7月31日(金)で満了となるため、8月以降は使用できなくなります。

有効期間は保険証と同じく1年間です。引き続き交付対象に該当する方には、7月中に減額認定証を交付しますので、8月1日(土)から、ピンク色のものをご使用ください。

- ◎新しい減額認定証の有効期限は、平成28年7月31日(日)までです。
- ◎現在、減額認定証をお持ちでなく、下記の交付対象に該当される方は、印鑑と保険証を持参の上、市役所防災庁舎2階医療年金課医療給付担当へ申請してください。

後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証	
交付年月日 平成27年 8月 1日	
被保険者番号	01234567
住所	広域市連合町1丁目
氏名	広域 太郎 男
生年月日	昭和 7年 7月 7日
発給年月日	平成27年 8月 1日
有効期限	平成28年 7月31日
適用区分	区分Ⅱ
長期入院該当年月日	平成27年 8月 1日 保険者印
保険者番号並びに被保険者の名称及び印	39011010 公印(朱)

▲新しい減額認定証の色は**ピンク色**です

医療費通知の発行を希望される方へ

被保険者の皆さんに健康や医療に対する理解を深めていただくため、医療費を半年ごとにまとめ、発行希望の方を対象に医療費通知を送付しています。

なお、今回の発行は、9月(平成27年1月～6月の医療費を対象)に行います。

●新たに発行を希望される方へ

新たに発行を希望の方は、お手数ですが、北海道後期高齢者医療広域連合または市役所医療年金課医療給付担当へご連絡ください(電話でのご連絡だけで手続きできます)。

- すでに「発行希望」のお申し出をいただいている方には、継続して発行しますので、再連絡は必要ありません。
- この通知を受けたことで、申請等の手続きをする必要はありません。
- ※この通知を確定申告などの「医療費控除」の領収書の代わりにはできません。

減額認定証の交付対象(以下の区分または区分Ⅲに該当する方)

区分Ⅱ	世帯全員が住民税非課税である方
区分Ⅰ	世帯全員が住民税非課税である方のうち、次のいずれかに該当する方
	・世帯全員の所得が0円の方 (公的年金収入のみの場合、その受給額が80万円以下の方)
	・老齢福祉年金を受給されている方

※区分Ⅰと区分Ⅱでは、入院時の1カ月の自己負担額等が違います。

問合せ 北海道後期高齢者医療広域連合 (☎011-290-5601)
市役所医療年金課医療給付担当 (☎31-4526)



釧路市公認

介護予防サポーター養成講座 受講生募集のお知らせ



介護予防サポーターは、地域で行っている介護予防継続教室や依頼があったサークルや団体などに出向き、参加者へ簡単にできる体操や脳活性化トレーニング(市介護予防プログラム「わかがりレッスン」)等の指導や、安全に楽しく介護予防継続教室の運営ができるようサポート(お手伝い)を行うボランティアです。ぜひ、介護予防サポーターとして、一緒に活動してみませんか?

※介護予防活動を支援するボランティアのため、車椅子への移乗など介護の技術を学ぶ講座ではありません。

場所 総合福祉センター1階大ホール(旭町12-3)
対象 講座修了後にボランティア登録し、無償で協力していただける意欲のある18歳以上の市民の方(ただし、要介護・要支援認定を受けている方、また元気づくり達人教室参加者は対象外とさせていただきます)
定員 15人(先着順)
参加費 無料(動きやすい服装で、筆記用具、飲み物などを持参)
問合せ・申込 7月1日(水)から来所または電話で市役所防災庁舎3階介護高齢課高齢福祉担当(☎23-5185)へ。

日	時間	予定内容
1 7月15日(水)	午前9時45分～正午	講義 介護予防、ボランティア活動について 実技 わかがりレッスン1
2 7月22日(水)		講義 高齢者の体の変化、運動の目的と効果 実技 わかがりレッスン2
3 7月29日(水)		講義 認知症予防、リスク管理 実技 わかがりレッスン3
4 8月5日(水)		講義 学習のまとめと今後の活動について 実技 わかがりレッスン4
5 8月上旬～9月中旬(2日間)	地域実習	介護予防継続教室・いきいきサロン等見学
6 9月30日(水)	講義	地域活動について まとめ ボランティア登録について 修了式 修了証書授与



人前に立つと緊張しますが、私でも本当にできるかな?

現在、活躍していただいているサポーターの皆さんも、初めは緊張していたようですが、保健師や先輩の助言や手助けもあり、少しずつ慣れ、今では楽しく活動しています。



女の人が多そうだけど、男でもサポーターになれるの?

現在登録している69人のサポーターのうち、16人が男性です。男性サポーターは、サポーターの仲間や教室参加者からも大人気です。ぜひ一緒に活動しましょう!

