

国民健康
保険

高額療養費の支給方法が4月から一部変わります

医療費の自己負担が高額になったとき、定められた自己負担限度額を超えた分は、高額療養費として支給されます。この高額療養費の支給について、19年4月からは70歳未満の人が入院したとき、医療機関の窓口での負担が自己負担限度額までとなります(70歳以上の人はすでに実施されています)。この適用を受けるためには、**限度額適用認定証を医療機関窓口で提示する必要があります。**限度額適用認定証は、本庁国保年金課または各支所市民課で交付しますので、申請してください。自己負担限度額は、所得区分により下表のとおりです。

■高額療養費の自己負担限度額と入院時に医療機関窓口で提示するもの

所得区分	3回目までの限度額	4回目以降の限度額※2	医療機関窓口で提示するもの	※1 上位所得者とは、国民健康保険税の算定の基礎となる基礎控除後の総所得金額が600万円を超える世帯 ※2 過去12カ月間に一つの世帯で高額療養費支給回数4回以上あった場合、4回目以降の限度額
課税世帯	上位所得者※1 15万円+(医療費-50万円)×1割	8万3400円	保険証 限度額適用認定証	
	上記以外 8万100円+(医療費-26万7000円)×1割	4万4400円	保険証 限度額適用認定証	
住民税非課税世帯	3万5400円	2万4600円	保険証 限度額適用・標準負担額減額認定証	

山火事注意!

山火事は、生命と財産を奪い、地域社会に多大な損害をもたらす大災害につながります。例年、火災の多い3月10日から5月31日までは、岩手県山火事防止運動期間となっています。特に4月から5月にかけては最大の危険期です。野焼きや山での火の取り扱いには十分注意しましょう。
◎問い合わせ先…本庁農地林務課または各支所産業経済課

ツキノワグマの人身被害防止

ツキノワグマの目撃情報が、今年になってすでに2件寄せられています。通常ではまだ冬眠している時期ですが、暖冬の影響で活動時期が早まることが予想され、人身被害の発生も懸念されます。
○山に入るときなどは、例年より一層注意しましょう○
◎問い合わせ先…本庁農地林務課または各支所産業経済課

災害時要援護者の登録受け付け

市は、「災害時要援護者避難支援計画」を定めました。これは災害時に必要な情報を的確に判断したり安全な場所に避難するなどの防災行動をとることができないまたは、困難な人の被害を最小限にとどめるため、このような人に災害時要援護者として登録いただき、災害時には避難支援者が避難所までの誘導や避難後の支援を行うため定められたものです。
近い将来、宮城県沖地震などの大地震の発生が予想されています。普段から地域のコミュニケーションを通じて互助の体制をつくり、災害に備えるようお願いいたします。
◇登録の受け付け…4月2日(月)から
◇登録の対象

対象	要件	申込先
65歳以上の高齢者	一人暮らし、在宅で寝たきり、高齢者のみの世帯の人	本庁社会福祉課または各支所福祉課
身体障害者	身体障害者手帳1・2級の交付を受けている人	各保健センター
知的障害者	療育手帳Aの交付を受けている人	各保健センター
精神障害者	精神(障害者)保健福祉手帳1級の交付を受けている人	各保健センター
乳幼児	小学校就学前の子ども	本庁児童福祉課、各支所福祉課または各保健センター
妊産婦	妊娠している人、出産直後の人	本庁、各支所の市民課

◎問い合わせ先…消防本部防災課 ☎25-0119または本庁児童福祉課

自然に囲まれた日当たりのよい環境

分譲地 サンヒル柴宿

ゆったり空間の45区画 好評販売中!

★お求めやすい価格設定

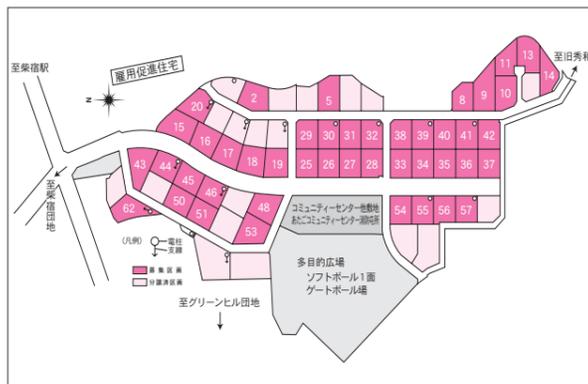
※坪単価 4万2240円～5万6100円

★ゆとりの敷地

294.51平方メートル(89.08坪)～472.34平方メートル(142.88坪)

◆募集区画…下の図のとおり

◎申込先・問い合わせ先…東山支所建設課 ☎47-4528または本庁建築住宅課 ☎21-8532



♥精神保健相談「こころの健康相談」のご案内

一関保健所ではこころの健康相談を行っています。「最近眠れない」「不安でイライラする」「お酒がやめられない」「何もやる気がしない」など心の問題でお悩みの人は気軽に相談ください。

費用は無料で、専門の医師が相談に応じます。

▷開催日…一関保健所管内: 4月と10月を除く毎月第1金曜日13:30～

同大東支所管内: 8月と3月を除く毎月第2火曜日10:00～

▷会場…一関保健所と各地域の保健センターを巡回します。※どの会場でも相談できますが、予約が必要です。

4月の相談日時と会場…4月10日(火)10:00～ 大東保健センター

◎申込先・問い合わせ先…一関保健所 ☎26-1415、同大東支所 ☎75-2211またはお住まいの地域の保健センター

一関地域 一関保健センター ☎21-2160

♥すくすく子育て学級

保育ボランティアによる保育室を設けます。安心して参加ください。

▷日時…①4月18日(水)②4月24日(火) 10:00～11:50

▷会場…一関保健センター

▷内容

- ①離乳食講習会(講話と試食)
- ②事故や病気の予防についての講話

▷対象者…18年10・11月生まれのお子さんの保育者

▷定員…先着20人

▷申込期限…4月13日(金)

♥玄米ニギニギ体操で健康づくり



どなたでも参加できます。一緒に健康づくりの輪を広げましょう。

※事前の申し込みは不要です。ニギニギ棒のある人は会場に持参ください。

日	会場	時間
4(水)・11(水)	関が丘コミュニティセンター	13:30～(1時間程度)
13(金)・27(金)	山目公民館	

◎問い合わせ先…玄米ニギニギ体操普及員 小野寺 ☎23-9089または一関保健センター

♥4月の健康相談

地区	日	会場	時間
真滝	13(金)	一関農村センター	13:00～14:00
山目	19(木)	清水公民館	9:30～11:30

※上記以外にも、土曜、日曜、祝日を除く毎日8時30分から17時15分まで一関保健センターで行っています。

花泉地域 花泉保健センター ☎82-2216

♥4月の健康カレンダー

日	内容	時間	会場
2(月)	母性相談・一般相談・栄養相談	8:30～17:15	花泉支所
9(月)	母性相談・一般相談	10:00～11:00	花泉総合福祉センター
	玄米ニギニギ体操教室		
10(火)	保健・栄養相談(ひよこ教室)	9:30～11:30	子育て支援センター
12(木)	保健・栄養相談(よちよち教室)		
16(月)	母性相談・一般相談	8:30～17:15	花泉支所
19(木)	ふれあい会	9:30～14:00	すずらんの家

※ひよこ教室は毎週火曜日、よちよち教室は毎週木曜日に開催しています。参加したい人は、子育て支援センター ☎82-1826 まで問い合わせください。

千厩地域 千厩保健センター ☎53-3952

♥4月の健康カレンダー

日	内容	時間	会場
11(水)	機能訓練(予約制)	10:00～15:00	千厩保健センター
25(水)			

東山地域 東山保健センター ☎47-4530

♥4月の健康カレンダー

日	内容	時間	会場
12(木)	やまゆりの会	10:00～15:00	東山保健センター

室根地域 室根保健センター ☎61-2333

♥4月の健康カレンダー

日	内容	時間	会場
10(火)	ふれあい会	10:00～15:00	室根保健センター