



限度額適用・標準負担額減額認定証の更新手続きが必要です

国民健康保険と老人医療の、限度額適用・標準負担額減額認定証（入院時の一部負担金や食事代が軽減されるもの）の有効期限が7月31日までとなっています。

現在認定を受けている人で引き続き認定を受ける人は、7月末までに申請手続きをお願いします。また、新しく認定を必要とする人も申請してください。

●申請場所

市役所保健年金課④番窓口（老人医療）、⑥番窓口（国民健康保険）、各支所

●持参するもの

- ・国民健康保険被保険者証

- ・印鑑
 - ・高齢受給者証
 - ・老人医療受給者証
- } 持っている人だけ

※ 過去1年間で90日を超えて入院した人は、入院日数の確認できる領収書などが必要です。

●要件

- ・老人医療受給者⇒世帯員全員が住民税非課税
- ・上記以外の国民健康保険加入者⇒国保世帯員全員が住民税非課税

※ 限度額適用認定証には要件はありません。

- 問合せ先 保健年金課国保年金係（国民健康保険）
保健年金課医療係（老人医療）

介護保険料が軽減されます

市では、下記に該当する第1号被保険者（65歳以上）に対し、平成19年度保険料の軽減を行います。

●対象となる人 保険料年額が42,750円（第3段階）の人で、次のすべてに該当する人。

- ①世帯全員が市民税非課税であること。
- ②世帯の年間収入金額が120万円（世帯員3人以上の場合は、3人目から1人当たり35万円を加算した額）以下であること。
- ③市民税課税者に扶養されていないこと。

④市民税課税者と生計を共にしていないこと。

⑤生活が困窮状態にあること。

●軽減額 第3段階の年間保険料42,750円を第2段階相当額28,500円に軽減。

※ 軽減を受けるためには申請が必要です。

- 問合せ先 保健年金課介護保険係

熱中症に注意！

保健センター ☎ 0956 - 72 - 4747

【熱中症とは】

暑さのために体温が上昇し、体温を調整する脳の動きが鈍くなると、十分な量の汗が出ず、熱が体の中にこもります。それによって、「疲労感」「めまい」「吐き気」などの症状が出ることをいいます。

【熱中症の症状】

めまい、たちくらみ、筋肉痛、大量の発汗、頭痛、気分不快、吐き気・嘔吐、倦怠感、意識障害、高体温など

【熱中症になってしまったら】

- ・風通しのよい日陰やクーラーの効いた室内などに移動する。
- ・ボタンやベルトなど体を圧迫しているものをゆるめる。

- ・体に水をかけたり、うちわや扇風機などで扇いで風を送る。
- ・水分を取る（大量の汗をかいた場合にはスポーツドリンクなどの塩分を含んだもの）。

【熱中症を防ぐために】

- ・屋外では日陰を選んで歩く。
- ・外出の際は頭や首の部分に直接日光があたらないように日傘をさしたり帽子をかぶる。
- ・こまめに水分を補給する（のどが渇く前に水分補給をすることが必要です）。

熱中症は7月下旬から8月上旬に多発する傾向があります。これから暑い日々が続きますので、戸外へ出るとき、暑くなり始めや急に暑くなる日など、熱中症対策を忘れずにお出かけください。