

年金 国保・年金

国民健康保険「医療費のお知らせ」を送付します

国民健康保険加入者へ「医療費のお知らせ」を5月下旬に個人宛てに送付します。これは、平成27年10月～28年1月に医療機関・柔道整復師(接骨師)を受診した方の名前、受診年月、保険診療医療費の総額(10割分)、医療機関などの名称、入院時の食事・生活療養費の全額、一部負担金などを記載したものです。

※このお知らせによる手続き・支払いなどは必要ありません。また、医療費控除の証明には使用できません。

☎保険課☎内線2387

国民健康保険加入者の海外療養費

旅行などで海外渡航中に、病気やけがで、やむを得ず現地の医療機関で治療を受けて医療費を支払った場合、帰国後に海外療養費の申請ができます(治療目的での渡航、美容整形など国内で保険適用外の医療行為を除く)。支給金額は「日本国内の病院で保険診療を受けた場合の治療費を基準とした金額(実際に海外で支払った額の方が低いときにはその額)」から「自己負担額(一部負担金相当額)」を差し引いた金額です。医療処置が適切か審査機関で申請内容を審査し、約3カ月後に世帯主の口座へ振り込みます。費用を支払った日の翌日から2年を経過すると時効となり申請できませんのでご注意ください。

☎帰国後、①保険証、②診療内容の明細書・領収明細書(指定用紙)、③明細書内容に対する日本語の翻訳文、④世帯主の銀行口座が分かるもの、⑤印鑑、⑥パスポート(出入国確認のため)、⑦調査に関わる同意書(指定用紙)を保険課(市役所1階9番窓口)へ

※郵送や市政窓口での申請はできません。 ※現地医療機関へ内容確認を行う場合

があるため、同意書の記入が必要です。

☎同課☎内線2388

会社を退職したときには国民年金の手続きを

国内に居住する20歳以上60歳未満の方が会社などを退職し、厚生年金の加入者でなくなったときは、国民年金加入の手続きが必要です。また、扶養されていた配偶者(第3号被保険者)も手続きが必要です。

☎年金手帳、本人確認ができるもの、離職票などを市民課(市役所1階3番窓口)または市政窓口へ

☎同課☎内線2394、武蔵野年金事務所☎56-1411

国民年金の付加年金について

月額保険料16,260円に付加保険料400円を加えると、200円×納付月数が毎年、付加年金として老齢基礎年金に上乗せされます。加入、脱退はいつでもできます。第3号被保険者、免除該当者、国民年金基金加入者などは利用できません。

☎年金手帳を市民課(市役所1階3番窓口)または市政窓口へ

☎同課☎内線2394、武蔵野年金事務所☎56-1411

子育て・教育

東児童館の催し

◆幼児親子ひろば

☎①わくわくランド=5月16日～6月3日の月・火・金曜日午前10時～午後2時、②ひよこランド=5月18・25日・6月1日の水曜日午前10時～午後1時

☎①就学前までのお子さん、②1歳までのお子さん

☎当日会場へ

◆フリーマーケット出店者

☎6月10日(金)午前10時～正午(雨天決行) ☎事前ミーティング(5月27日(金)午前10時～11時)に参加し、準備・運営・

片付けのいずれかに協力できる方、10店舗

※プロ・業者の出店、飲み物・食べ物

の販売はできません。

☎500円(1区画1坪) ☎5月18日(水)午前9時～25日(水)午後5時に必要事項(11面参照)・販売予定品を直接または電話で同館☎44-2150へ(先着制)

☎同館☎44-2150

星と森と絵本の家の催し

◆街頭紙芝居

☎5月21日(土)午前11時30分から、午後1時から

◆星のおはなし

☎5月28日(土)午後2時から

◆絵本のおはなし「おしゃれ」

☎6月1日(水)午後2時から

◆むかしあそびの日「うた遊び」

☎6月4日(土)午後2時から

☎いずれも当日会場へ

☎同施設☎39-3401

西児童館の催し

◆乳幼児のあそびひろば

☎乳幼児タイム=開館日の午前9時～午後1時、サークルタイム=月～土曜日午前11時30分～正午、5月生まれのお誕生日会=5月31日(火)午前11時30分から

☎当日会場へ

☎同館☎31-6039

すくすくひろばの催し

◆フリーマーケット

☎5月29日(日)午前10時～午後0時30分(雨天決行)

☎持ち帰り用袋、靴袋

☎当日会場へ

※出店者の募集は終了しました。

◆ひいふうみの会とわらべうた

☎5月30日(月)午前11時～11時30分

☎3歳までのお子さんと保護者12組

☎当日会場へ(先着制)

◆年齢別あそびまじょ(6月)

☎①うさぎぐみ「からだを動かしてあそぼう」=9日(水)午前10時15分～11時15分、11時30分～午後0時30分、②ひよこぐみ「こころと発達とからだ」=10日(木)午後1時30分～3時、③ぞうぐみ「つくてあそぼう」=16日(水)午前10時15分～11時15分、11時30分～午後0時30分

☎①平成26年4月2日～7月31日生まれのお子さんと保護者10組、②27年4月2日～7月31日生まれのお子さんと保護者12組、③25年4月2日～26年4月1日生まれのお子さんと保護者10組

☎①5月26日(水)から、②27日(木)から、③6月2日(水)から直接または電話でひよろば☎45-7710へ(先着制)

◆4カ月までの親子のつどい

☎6月17日(金)午後1時30分～3時

☎初めて受講する4カ月までのお子さんと母親25組

☎バスタオル、おむつ、着替え

☎6月3日(金)から直接または電話でひよろば☎45-7710へ(先着制)

☎同ひろば☎45-7710

妊婦さんと助産師の交流会

(マタニティ・カフェ)

☎5月30日(月)午後1時～3時

☎福祉会館

☎母子健康手帳

☎三鷹市助産師会ホームページHPhttp://mitaka-jyosanshi.net/へ

☎三鷹市社会福祉協議会☎46-1108

崖や擁壁(ようへき)の安全対策をお願いします

☎東京都多摩建築指導事務所開発指導第二課☎042-364-2386 市防災課☎内線2283

梅雨や台風の時期は長雨や集中豪雨で地盤が緩み、崖や擁壁などが崩れやすくなります。大切な家族の命はもちろん、家屋や家財を守るためにも、石積みや土留めなどの補強や雨水の排水の改善など、家の周りの安全対策をお願いします。

すでに関係機関から改善勧告を受けている方は、補強・改良などの工事を行ってください。

※宅地造成等規制法で定められた区域内で一定の高さ以上の切り土・盛り土をしたり、擁壁などを築造する時は、事前の許可が必要です。

三鷹市美術ギャラリー主催 ワークショップ

こどもアートクラブ スタンプ! スタンプ! スタンプ!

オリジナルの記念スタンプを作って 押して集めよう。

☎6月18日(土)午後1時30分～4時 ☎小学生30人

☎芸術文化センター ☎1,500円(材料代を含む)

☎6月8日(水)(必着)までに往復はがきまたはファクスで必要事項(11面参照)・性別・学校名を「〒181-0013下連雀3-35-1三鷹市美術ギャラリー」・FAX 79-0030へ(申込多数の場合は抽選)

三鷹市美術ギャラリー JR三鷹駅前(南口)CORAL5階☎79-0033 HPhttp://mitaka.jpn.org/gallery/

B型肝炎ワクチン

健康コラム

B型肝炎ワクチンは、B型肝炎ウイルスによって引き起こされる、肝炎、肝硬変、肝がんなどを予防するワクチンです。主な感染経路は、B型肝炎ウイルスを持っている母親(キャリア)／持続してウイルスを体内に持ち続けている人のこと)から子どもへの出産時の「垂直感染」です。新生児期に垂直感染するとこのウイルスのキャリアとなる危険が高いです。また、父親を含む母以外の他人の血液や唾液などからの感染「水平感染」する可能性があります。水平感染すると、急性肝炎を発症する可能性が高いです。「垂直感染」でキャリアとなっても「水平感染」して肝炎となっても、その後、肝硬変や肝がんなどを発症する可能性が出てきます。

B型肝炎ワクチンは、当初、キャリアの母親から生まれた新生児の垂直感染を予防する目的で始められました。最近では、水平感染を予防するため、母親がキャリアでない子どもにも、「任意接種」するよう勧められています。これは、最近発症している急性B型肝炎で検出されるウイルスの型(遺伝子型)が、国内の垂直感染で多く見られていたB型肝炎ウイルスとは別の型(遺伝子型)のものが増えていることから、国内で水平感染が増えているのだからと予測されているためです。

これまで、母子感染予防のための接種は「保険診療」である一方で、任意接種は「自費」でした。これに対し、今年10月からこのワクチンが「定期接種」となる見込みです。接種を受けるのは、生後2カ月、3カ月、7～8カ月の3回です。12カ月までは定期接種で受けられるようです。子どもたちを将来にわたって、B型肝炎感染による肝硬変や肝がんのリスクから守るためにも、この予防接種が普及することを願っています。

☎三鷹市医師会☎47-2155