

年金 国保・年金

国民健康保険の保険証を送付しました

現在使用している国民健康保険の保険証は9月30日(月)で有効期限が切れま
す。新しい保険証は世帯単位にまとめ、世帯主宛てに簡易書留郵便で14日に発送
しました(23日(祝)までに配達完了予定)。

☎保険課☎内線2382

9月30日(月)は国民健康保険税・後期高齢者医療保険料の納期(第3期)です

◆納付は便利な口座振替で

☑納税通知書、通帳またはキャッシュカード、口座届出印を納税課(市役所2階25番窓口)、市政窓口、指定金融機関へ
☑同課☎内線2417(口座振替)・☎内線2432(納税相談)

※勤務先の健康保険に加入した場合は、保険課または市政窓口で国民健康保険の脱退手続きが必要です。

国民健康保険税・後期高齢者医療保険料の年金からの引き落としを口座振替に変更できます

☑振替を希望する口座の内容が分かるものと届出印、保険証を納税課(市役所2階24番窓口)へ

※12月の年金引き落とし分から変更したい方は、9月30日(月)までに申請してください。

※すでに年金から口座振替への変更手続き済みの方は、新たな手続きは不要です。

☑同課☎内線2417

医療費を全額自己負担したとき(療養費の支給)

国民健康保険加入者が医療費を立て替えて支払った場合は、療養費の支給を受けることができます。次に該当する場合は、医療費を全額自己負担で支払った後、保険課へ支給申請してください。審査で保険診療分として扱える金額を決定し、自己負担相当額を差し引いた金額を支給します。

◆対象 ①旅行先での急病など、やむを得ず保険証で治療が受けられなかった、②医師が必要と認めたコルセット

などの治療用器具代を支払った、③骨折、脱臼、打撲、捻挫などで柔道整復師の施術を受けた、④医師が必要と認めたマッサージ、はり、灸(きゅう)の施術を受けた(単に疲労回復や慰安を目的としたものや、疾病予防のためのものなどは対象外)

※支給は申請から3カ月程度かかります。※医療費を支払った日の翌日から2年を過ぎると申請できません。

☑同課☎内線2386

10月1日(火)から年金生活者支援給付金の制度が始まります

公的年金などの収入や所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するため、年金に上乗せして支給するものです。給付額は月額5,000円を基準に、保険料納付済み期間などに基き算出されます。対象者には、9月上旬から日本年金機構が案内を送付しています。

☑給付金専用ダイヤル☎0570-05-4092、武蔵野年金事務所☎56-1411

子育て・教育

令和2年度に市立小・中学校で使用する教科書を採択しました

◆小学校 国語・書写・社会・理科・家庭=東京書籍、地図=帝国書院、算数=学校図書、生活=新興出版社啓林館、音楽=教育出版、図画工作=日本文教出版、保健=学研教育みらい、英語・特別の教科道徳=光村図書出版
※中学校は令和元年度と同一の教科書、教育支援学級は通常の学級と同一の教科書を採択。

☑指導課☎内線3242

東多世代交流センターの催し

◆どうぶつむらがやってくる!!

モルモットやヒツジなどの動物に餌をあげることができます。

☑10月3日(木)午前10時~11時30分、午後0時30分~2時

☑キャベツ、ニンジンなど餌用の野菜

☑当日会場へ

◆だれでもライブハウス

演奏はレイト・ブルーマーズのみなさん。

☑10月6日(日)午後2時~3時

☑在学・在勤を含む市民20人(未就学児は保護者同伴)

☑9月17日(火)午前9時から直接または電話で同センター☎44-2150へ(先着制)

☑同センター☎44-2150

西多世代交流センターの催し

◆乳幼児のあそびひろば(9月)

☑①あずきの会によるおはなし会=18日(水)午後3時から、②誕生会=27日(金)午前11時15分から

◆てづくり教室

☑10月9日(水)午後2時30分~4時30分

☑調キヤワークスジャパンの西岡直実さん

☑いずれも当日会場へ

☑同センター☎31-6039

一日プレイパーク

☑9月29日(日)午前10時~午後2時(雨天中止)

☑所農業公園(新川6-30)

☑当日会場へ

☑同緑と公園課☎内線2835

妊婦さんと助産師の交流会(マタニティ・カフェ)

☑9月30日(月)午後1時~3時

☑所福祉センター

☑母子健康手帳

☑三鷹市助産師会ホームページ<http://mitaka-jyosanshi.net/>へ

☑同三鷹市社会福祉協議会☎76-1271

すくすくひろばの催し

◆ベビーヨガ

☑10月2日(水)①午前10時30分~11時30分、②午後1時30分~2時30分

☑初めて受講する市内の①平成30年12月3日~31年4月2日生まれのお子さんと母親、②31年4月3日~令和元年7月2日生まれのお子さんと母親各15組

☑物バスタオル

☑9月18日(水)午前10時から直接または電話で同ひろば☎45-7710へ(先着制)

◆年齢別あそびまじょ(10月)

☑①ひよこぐみ「1歳のお誕生日前後のお子さんの発達や健康、食事など」=4日(金)午後1時30分~3時、②うさぎぐみ「親子であそぼう(ふれあいあそび)」=10日(木)午前10時15分~11時15分、11時30分~午後0時30分、③ぞうぐみ「からだを動かしてあそぼう」=17日(水)午

前10時15分~11時15分、11時30分~午後0時30分

☑市内在住の①初めて参加する平成30年8月1日~11月30日生まれのお子さん
と保護者12組、②29年10月1日~30年4月1日生まれのお子さんと保護者各10組、③28年4月2日~29年4月1日
生まれのお子さんと保護者各10組

☑①9月20日(金)、②26日(木)、③10月3日(木)、いずれも午前10時から直接または電話で同ひろば☎45-7710へ(先着制)

☑同ひろば☎45-7710

みたかおもちゃの病院(10月)

☑三鷹市消費者活動センター運営協議会
☑日所2・16日の水曜日=消費者活動センター、12・26日の土曜日=リサイクル市民工房、いずれも午後1時~3時

☑特殊部品などの交換は実費

☑当日会場へ

☑同センター☎43-7874

母親学級(2日間コース)

☑①10月8・29日、②11月12・26日、③12月10・24日、④令和2年1月14・28日、⑤2月4・18日、⑥3月10・24日、いずれも火曜日、1日目午後1時~4時、2日目午後1時~3時45分

☑初めて出産する妊婦(妊娠5~8カ月ごろ)

☑所総合保健センター

☑☑各開催日の2カ月前から直接または電話で健康推進課(元気創造プラザ2階)☎内線4226へ

家庭教育学級

☑市教育委員会、①東台小、同校PTA、②一中、同校PTA

☑①講演会『言葉の力』を育ててハッピー親子コミュニケーション『言葉の力』と『学習習慣』は一生の財産!』=10月8日(火)午前10時~11時30分、②講演会「子どもが犯罪やトラブルに巻き込まれないために」=10月26日(土)午前10時40分~正午

☑所①東台小、②一中

☑①元国分寺市立第七小学校校長で全日本家庭教育研究会対話主事の長津芳さん、②三鷹警察署地域課の神津和仁さん

☑物室内履き、下足入れ

☑☑指導課☎内線3243へ(②は10月18日(金)まで)

東京三鷹ロータリークラブ寄贈のエレベーター用防災椅子を市の施設に設置します

☑企画経営課☎内線2113

地震や停電などでエレベーター内に閉じ込められたときに役立つ、エレベーター用の防災椅子31台を同クラブから寄贈いただきました。内部には防災用備蓄品が収納されており、非常用トイレとしても使用できます。

◆設置施設 市役所本庁舎・第二庁舎、各コミュニティセンターなど
※9月中旬に順次設置します。

◆備蓄品セット 発電式多機能ラジオ、サイリウムライト、非常用食料、非常用飲料水、救急用品セット、ホイッスル、ビニール袋、トイレトーパー、消臭剤、便凝固剤、ブランケット



腰かけ椅子としてもご利用いただけます(30×30×50cm)



備蓄品セット

千羽鶴のご献呈

ありがとうございました

☑企画経営課☎内線2115

8月15日に実施した「戦没者追悼式並びに平和祈念式典」に千羽鶴をご献呈いただきました(敬称略・順不同)。

東多世代交流センター、楠瀬義喜、浅野泰子、西尾八重、栗原篤子、亀の会、地域ケアネットワーク・新川中原、番場裕子、(株)VOLLMONTセキュリティサービス武蔵野支社、西松建設(株)東京外環中央JCT南工事、丸山昌己・しげ子、堀合友の会、湯浅奈津美、園山知子、浜中睦美、木村素子、酒井和子、西部地区住民協議会、柳智恵子、上原アイ子・白男川由美、塩野サダエ・淳平、連雀地区住民協議会、東京土建三鷹武蔵野支部女性の会、井上アサ、山田美和子ほか1人、ほのぼのネット深大寺北班、斎藤理香・今岡理恵、小幡愛子、みたか紫水園デイサービスセンター、新中立寄りサロン、駅前立寄りサロン、連雀のわ、神館和子、三鷹市の福祉をすすめる女性の会、三鷹市赤十字奉仕団、きらめき桜の会、庄司タケ、秋山満子、絆の会、藤井知子・藤井隆子・久保路子、三鷹市遺族会、古川敏雄・百合子、市村悠斗・紗悠実、中川ヒロ、成田富貴子、三鷹中央リハケアセンター、佐藤花、三友会、匿名8人