

マイナポイントの申し込みはお早めに

問 三鷹市マイナンバーカードセンター ☎0422-40-0311

2月末までにマイナンバーカードを申請した方を対象に、最大2万円分のマイナポイントが付与されます。

- ①マイナンバーカードを新規に取得した方(最大5,000円分)
 - ②健康保険証として利用登録をした方(7,500円分)
 - ③公金受取口座の登録を行った方(7,500円分)
- ※①～③いずれも「マイナポータルアプリ」のダウンロードが必要です。



携帯電話ショップでもマイナポイントの申請ができます

詳しくは市ホームページ(右記QRコード)をご覧ください。



同センターで申請をサポートしています

パソコンやスマートフォンをお持ちでない方を対象に、マイナポイントの申請などをサポートしています。1・2月は混雑が予想されますので、時間に余裕を持ってお越しください。

日 月・火・木・土曜日午前9時～午後5時、水・金曜日午前9時～午後7時(受付は閉館30分前まで)

所 三鷹産業プラザ6階(下連雀3-38-4)

マイナンバーカードの健康保険証 利用登録をサポートします

問 東京都後期高齢者医療広域連合専用コールセンター
☎0120-005-537(平日午前9時～午後5時)、
市保険課 ☎0422-29-9219

同連合が、健康保険証利用登録のほか、公金受取口座の登録やマイナポイントの申し込みをお手伝いします。

日 2月14日(火)～20日(月)午前9時30分～午後4時(14日は午後0時30分から、20日は1時まで)

所 元気創造プラザ1階

物 マイナンバーカード

※手続きには、ご自身で設定した数字4桁の暗証番号の入力が必要です。

※公金受取口座の登録を希望する方は、本人名義の通帳またはキャッシュカードをお持ちください。

※マイナポイントの申し込みには、希望する決済サービスのIDやセキュリティコードが必要です。

申 期間中会場へ

新型コロナウイルス感染症に関する 国民健康保険傷病手当金

問 保険課 ☎0422-29-9215

適用期間を3月31日(金)まで延長しました。給与などの支払いを受けている方(被用者)が同感染症の療養のために勤務ができなかった期間について傷病手当金を支給します。

支給対象となる日



支給額(1日当たりの上限額: 30,887円)

(直近の継続した3カ月間の給与収入の合計額 ÷ 勤務日数 × 3分の2) × 支給対象となる日数
※給与の全部または一部を受けることができる期間は支給しません(給与額が算定額より少ないときは差額を支給)。

適用期間 令和2年1月1日～5年3月31日(最長1年6カ月)

申請方法 医師の意見書と事業主の証明が必要です。事前にお問い合わせください。

はじめよう!

健康で元気な身体づくり! 効果的なウォーキング体験教室 参加者募集

問 スポーツ推進課 ☎0422-29-9863

姿勢チェックや効果的なウォーキング法など、健康で元気な身体づくりを目指す座学と実技の体験講座です。運動習慣がない方も、この講座をきっかけに健康的に自分の身体を整えてみませんか。

日 2月23日(休・祝)午前9時30分～11時30分

人 在学・在勤を含む市民30人

所 元気創造プラザ4階

講 日本女子体育大学教授の佐伯徹郎さん

物 動きやすい服装、室内履き

申 2月6日(月)までに申し込みフォームHP <https://logoform.jp/f/De4wP>へ(申込多数の場合は抽選)

※当選者には、2月10日(金)までに登録メールアドレスへ通知します。



新型コロナウイルス 感染症の影響による

- ①国民健康保険税
- ②後期高齢者医療保険料
- ③介護保険料

の減免



問 ①保険課国保加入係 ☎0422-29-9216、②保険課高齢者医療係 ☎0422-29-9219、③介護保険課 ☎0422-29-9277

納付が困難な方を対象に、令和4年度分(納期限が令和4年4月1日～5年3月31日)の保険税・保険料の全額または一部を減免します。

対象となる方

- 同感染症により、世帯の主たる生計維持者が死亡または重篤な傷病を負った世帯(③は65歳以上の方)
→ 保険税(料)の全額を免除
- 同感染症の影響で主たる生計維持者の事業収入等(給与収入、事業収入、不動産収入、山林収入)の減少が見込まれ、次のすべてに該当する世帯(③は65歳以上の方) → 全額または一部を減免
 - ・前年に比べて事業収入等のいずれかが3割以上減少する見込み(保険金、損害賠償などにより補てんされる金額や給付金がある場合は控除後の金額)
 - ・減少が見込まれる事業収入等に係る所得以外の前年の合計所得金額が400万円以下
 - ・①②は前年の合計所得金額が1,000万円以下

申 3月31日(金)(必着)までに必要書類を直接または郵送で①「〒181-8555保険課国保加入係」(市役所1階9番窓口)、②「〒181-8555保険課高齢者医療係」(市役所1階10番窓口)、③「〒181-8555介護保険課」(市役所1階11番窓口)へ
※①は3年度分の申請も3月31日まで受け付けています。

薬局での 抗原定性検査キット取り扱い

健康コラム

新型コロナウイルス感染症が流行し、4年目を迎えるようになっています。終わりの見えないコロナとの生活に嫌気が差しながらも慣れてしまったような気がします。薬局にも感染した患者さんの来局が増えています。

国は抗原定性検査キットを活用したセルフチェックを推奨しています。家庭で体調不良を感じる方が医療機関への受診を迷う場合に自ら検査を行えるようにするためです。そのため、薬局で抗原定性検査キットを購入される方が増えています。

抗原定性検査キットには【医療用】
【一般用】
【研究用】と3種類あります。国が承認しているのは【医療用】
【一般用】の2種類で、【体外診断用医薬品】
または【第一類医薬品】と表示されたものです。【研究用】は国の承認を受けておらず、その性能などが確認されていないものです。

【医療用】と【一般用】の違いですが、実は性能や判定結果の違いはなく、販売方法に違いがあります。今までは、薬局(保険薬局)でのみ【医療用】の抗原定性検査キットの販売が認められていましたが、昨年の8月から【一般用】の販売も認められました。【一般用】は第一類医薬品扱いとなり、ドラッグストアやインターネットでの販売も可能となりました。また、新型コロナウイルスとインフルエンザを同時に検査できる検査キットの販売も許可されました。

今年の冬は新型コロナウイルスとインフルエンザの同時流行で感染拡大の恐れがあります。ウイルスから自身を守る行動をし、万が一感染した時のために抗原定性検査キットや解熱鎮痛剤、食料品などをあらかじめ準備しておくことも大切です。

問 三鷹市薬剤師会
☎0422-497766