



シニア^{ニュース}News



■後期高齢者医療保険のお知らせ

7月11日(金)に後期高齢者医療保険料の決定通知書を発送します

納付書が同封されていない場合は、年金からの引き落とし、または口座振替となります。

8月からの後期高齢者医療資格確認書を発送します

7月16日(水)にすべての被保険者の方に発送します。お手元に届くまでには10日ほどかかります。

◆自己負担割合の判定基準

3割…同じ世帯の被保険者の中に住民税課税所得が145万円以上の方がいる場合

2割…①②の両方に該当する場合

- ①同じ世帯の被保険者の中に住民税課税所得が28万円以上145万円未満の方がいる
- ②「年金収入」+「その他の合計所得金額」の合計額が、被保険者が1人の場合は200万円以上、2人以上の場合は合計320万円以上

1割…同じ世帯の被保険者全員の住民税課税所得がいずれも28万円未満の場合、または上記①に該当するが②には該当しない場合

◆前年中の収入が次の条件に該当する場合は3割負担の対象外です

世帯内の被保険者数が1人のみの場合は収入額が383万円未満。同じ世帯にほかの医療制度加入者(70～74歳)がいる場合は、本人と被保険者の収入合計額が520万円未満

◆限度額適用・標準負担額減額認定証、限度額適用認定証の交付は終了しました

現在、限度額区分を記載した資格確認書が交付されている方、有効な減額認定証または限度額認定証をお持ちの方には、限度額区分を記載した資格確認書を送付します。資格確認書を医療機関などへ提示することで、これまで通り窓口での自己負担額を限度額までとすることができます。
※各認定証の新規交付は終了しましたが、申請により限度額区分を記載した資格確認書を交付します。
※マイナ保険証を提示する場合は、限度額区分を記載した資格確認書の提示は不要です。

問 保険課 ☎0422-29-9219

■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

10月分から変更したい方は、7月29日(火)までに申請してください。
申 通帳またはキャッシュカードと届出印、保険証を市税総合窓口(市役所2階)へ 問 納税課 ☎0422-29-9218

■「高齢者等紙おむつ代助成金」の交付申請を受け付けています

人 同助成金の対象者認定を受け、市から申請書が届いた方のうち、令和7年3～6月入院分の紙おむつ代の支払いをした方(認定を受けられるのは、要介護4以上かつ住民税非課税世帯の方です) 申 7月31日(木)(消印有効)までに交付申請書・医療機関が発行した紙おむつ代の領収書(コピー可)を直接または郵送で「〒181-8555 高齢者支援課」(市役所1階12番窓口)へ 問 同課 ☎0422-29-9271

■シニアのまると相談サロン「夏の測定会！一握力・血管年齢＆バランスチェック」

ソフィアメディ訪問看護ステーションの協力で行います。
日 7月10日(木)午後2時～3時30分(受付は1時45分から) 所 三鷹駅前コミュニティセンター 申 当日会場へ 問 三鷹駅周辺地域包括支援センター ☎0422-76-4500

■山中老い支度

講話「第1回 認知症になったらどうなるの？—どんな街なら住み続けられるの?」と軽体操
日 7月15日(火)午前10時～11時30分 所 山中地区公会堂 申 当日会場へ 問 連雀地域包括支援センター ☎0422-40-2635

■シルバー人材センター入会説明会

日 7月15日(火)午前10時～正午 申 問 同センター ☎0422-48-6721

■連雀おひとりさまのおしゃべり会＆個別相談会

日 7月18日(金)午後1時～3時 人 10人 所 連雀コミュニティセンター 申 当日会場へ 問 連雀地域包括支援センター ☎0422-40-2635



■三鷹いきいきプラス iPad 無料体験会

日 7月28日(月)・31日(木)午前9時30分～11時30分(全2回) 人 おおむね55歳以上の市民でiPad未経験者または初心者10人 所 市民協働センター 申 問 7月7日(月)以降の月・水・金曜日午前10時～午後4時に同会事務局 ☎0422-70-5753へ(先着制)



■こもれび ほっと・サークル「チェアヨガ」

日 毎月第2金曜日午前10時30分～11時45分 人 おおむね65歳以上の方5人 所 みとかボランティアセンター 料 1回600円 申 7月25日(金)(必着)までに往復はがきで必要事項(10面参照)を「〒181-0012 上連雀9-1-21 NPO 法人こもれび事務局」へ(申込多数の場合は抽選) 問 同事務局 ☎0422-42-4471



相談先のご案内は 市民相談専用電話 ☎0422-44-6600
あなたのご意見を 市民の声専用FAX ☎0422-48-2810
子どもを見守る 安全安心メールの登録 ✉maam@req.jp (空メールを送信)
いつでも無料で 防災無線の内容確認 ☎0120-119-921 (フリーダイヤル)

●「みる・みる・三鷹」 J:COMチャンネル武蔵野・三鷹(地デジ11チャンネル) 放送時間/月～日曜日 9:00 12:15 20:00 22:15
※同番組はYouTube「三鷹市公式動画チャンネル」でも配信しています。
●「おはよう! 三鷹市です」 むさしのFM 78.2MHz 放送時間/月～金曜日 10:20～10:25
●「三鷹くちこみテレフォン」 むさしのFM 78.2MHz 放送時間/木曜日 9:45～9:55

