

11月は「こころの再生」府民運動推進月間

「あいさつ」の大切さについて、今一度考えてみませんか。詳しくは府ホームページをご確認ください。
府教育庁教育総務企画課 ☎ 06 - 6944 - 8042



子育て

児童扶養手当の振り込み

児童扶養手当(9・10月分)を11月10日(金)に受給者の口座に振り込みます。通帳記入のうえご確認ください。
子ども家庭課子育て給付担当 ☎ 423 - 9624

保険・年金

国民健康保険被保険者証の受け取りがまだの人へ

茶色の被保険者証は10月末日で有効期限が切れています。新しい被保険者証(緑色)をお持ちでない人はご連絡ください。再度、簡易書留(転送不要)で郵送します。不在のため被保険者証が受け取れなかった場合、窓口でも交付します。顔写真付き本人確認書類(運転免許証やマイナンバーカードなど)か、有効期限の切れた被保険者証をお持ちください。
健康保険課資格賦課担当 ☎ 423 - 9458

柔道整復、はり、きゅう、あん摩、マッサージ 適切に受療し、医療費の適正化を

整骨院や接骨院で柔道整復などを受療する場合、保険適用できるケースは限られています。適切な受療で医療費の適正化にご協力ください。

■保険適用できるケース

①整骨院や接骨院の受療…骨折・脱臼(応急処置を除きあらかじめ医師の同意が必要)、打撲、捻挫など(肉離れ含む) ②はり、きゅうの受療…神経痛、リウマチ、頸腕症候群、五十肩、腰痛症、頸椎捻挫後遺症、その他慢性的な疼痛を主症とする疾患 ③あん摩、マッサージの受療…筋麻痺、関節拘縮などで医療上必要な場合 ※②③はあらかじめ医師の同意書または診断書が必要。

■保険適用できないケース

①肩こりや疲労回復、慰安、予防を目的とする施術 ②病院など保険医療機関で同負傷箇所を治療中の場合
健康保険課給付担当 ☎ 423 - 9457、後期高齢者医療担当 ☎ 423 - 9468、府後期高齢者医療広域連合給付課 ☎ 06 - 4790 - 2031

国民年金からのお知らせ

■11月30日は年金の日

年金記録や年金見込額を確認し、将来の生活設計について考える機会にしてください。「ねんきんネット」では、パソコンやスマホからいつでも年金記録を確認できるほか、年金見込額の試算などもできます。詳しくはQRコードをご確認ください。



■社会保険料控除証明書は大切に保管を

国民年金保険料は、全額が所得税・住民税の社会保険料控除の対象です。日本年金機構から11月上旬に「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」を送付します。年末調整や確定申告の際には必ずこの証明書を添付してください。家族の国民年金保険料を納付した場合も、支払った人の社会保険料控除の申告に加えることができますので、家族宛てに届いた証明書を添付してください。
ねんきん加入者ダイヤル ☎ 0570 - 003 - 004、貝塚年金事務所

☎ 431 - 1122

健康・福祉

それって依存症かも?

11月10日～16日はアルコール関連問題啓発週間です。アルコールだけでなく、薬物、ギャンブル、ゲームなど「やめたいのにやめられない」「日常生活に困りごとが生じている」、それは依存症かもしれません。自分や家族だけで抱えこまず、まずは相談してください。

府地域保健課 ☎ 06 - 6944 - 7524



Table with consultation locations: 府こころの健康総合センター, 大阪依存症ほっとライン, 岸和田保健所. Includes phone numbers and hours.

ジェネリック医薬品を利用してみませんか

■ジェネリック医薬品とは
先発医薬品の特許が切れた後に販売される医薬品で、先発医薬品と同じ有効成分を同量含んでおり、同等の効き目があると国が認めた医薬品です。先発医薬品に比べると開発コストが抑えられていることから、安価で経済的です。

■切り替え時の注意

▶全ての先発医薬品に対応しているわけではありません。▶効果・効能が異なるため切り替えできない場合があります。▶先発医薬品と色や形などが異なることがあります。▶切り替えの際は医師や薬剤師に相談

し、医療機関や薬局に取り扱いの有無をお問い合わせください。

国民健康保険に加入の人…健康保険課給付担当 ☎ 423 - 9457、後期高齢者医療制度に加入の人…府後期高齢者医療広域連合給付課 ☎ 06 - 4790 - 2031、健康保険課後期高齢者医療担当 ☎ 423 - 9468

募集

きしわだファミリー・サポート・センター会員募集

子育てをサポートしてほしい人(依頼会員)に、お手伝いができる人(協力会員)を紹介しています。依頼会員は事前登録が必要です。協力会員として活動するには、会員講習会の受講が必要です。年齢・性別を問いません。※1時間700円(基本)の有償ボランティアです。

■会員講習会(無料。全3回)

依頼会員も受講できます。

日など表のとおり 場市職員会館(岸城町) 定各25人(申込先着順) 保3カ月～就学前児童各5人(申込先着順) 申・問11月17日(金)までに電話できしわだファミリー・サポート・センターへ ☎ 437 - 7933

Table with columns: 日時, 内容. Lists dates and topics for the membership training sessions.

自動販売機設置事業者を募集

設置対象施設は、まなび中央公園や総合体育館などです。詳しくは市ホームページをご確認ください。
申・問12月8日(金)午後5時までに、申込用紙(市ホームページからダウンロード可)を直接、行財政改革課へ ☎ 423 - 9405

広告