

後期高齢者医療制度のお知らせ

保険課 ☎24-8842 / 税務課 ☎24-8857 / 香川県後期高齢者医療広域連合事務局 ☎087-811-1866

★被保険者証

年度途中に後期高齢者医療制度に加入する人への被保険者証交付は、資格取得の事由などによって取り扱いが異なります。詳しくは、下表をご覧ください。

資格取得事由	資格取得日	被保険者証の交付
新たに75歳になる人	75歳の誕生日	誕生日の前月中旬頃に、香川県後期高齢者医療広域連合から特定記録郵便で届きます。郵送された被保険者証は、誕生日から使用してください。
丸亀市に転入した人	転入により住所を定めた日	
生活保護が停止または廃止になった人	停止または廃止になった日	基本的に、即日交付します。ただし、事務手続きの都合により、後日送付させていただく場合もあります。
障害認定（65歳～74歳で一定の障がいがある人。ただし認定を受けるには申請が必要です）	後期高齢者医療広域連合の認定を受けた日	

★保険料

年度途中に後期高齢者医療制度に加入した人は、納付書を使って納める普通徴収で保険料を納付していただきます。保険料は資格取得日を含む月から月割りの金額で算定します。

受給される年金額などの条件を満たす人は、資格取得から一定の期間を経て、保険料を年金からの天引きで納める特別徴収に切り替わります。特別徴収は申し出により、口座振替に変更することができます。ただし、特別徴収から納付書で納付（普通徴収）には変更できませんのでご注意ください。

※国民健康保険税が年金からの引き落としまたは口座振替になっていた人でも、後期高齢者医療制度に加入した当初は、納付書で納付（普通徴収）に変更になります。

★通知時期

資格取得日を含む月の翌月上旬に、税務課から『保険料額決定通知書・保険料納入通知書』を送付します。なお、4月に加入した人には7月に通知します。



しゃんと体操指導者募集！ 介護予防体操指導者研修会

地域包括支援センター ☎24-8933

しゃんと体操とは
丸亀市が作成した、介護予防体操です。
ウォーミングアップ→筋力トレーニング→クールダウン（3部構成 約15分間）

介護予防の「しゃんと体操」を、地域で普及してくれるボランティアの人を募集しています。この春、初めての人でも安心して参加できる研修会を開催します。

運動経験は問いません！高齢者と一緒に体操をして、イキイキ元気に過ごしましょう。

応募対象者：以下の2つに当てはまれば、どなたでも応募できます。

- 市内在住の人
- 地域でしゃんと体操をボランティアで普及してくれる人

日時	5月15日(火) 午後1時半～3時	5月17日(木) 午後1時半～3時
場所	ひまわりセンター	飯山総合保健福祉センター
内容	理学療法士による、DVDに収録したしゃんと体操の指導の仕方、注意点の説明などがあります	

申し込み：5月11日(金)までに地域包括支援センターへ

下水道 接続工事 点検・清掃 浄化槽

廃棄物 収集・運搬 パイプのつまり 高圧洗浄

エアコン・エコキュートの施工

四国化成グループ

シコク環境ビジネス

丸亀市を応援します。

☎0120-28-8308

丸亀テニスクラブ 宇多津インドアテニスクラブ スクール生募集中!

広報持参で「体験無料」入会後に特典あり!
さらに、当日入会者は入会金3,240円無料! ※特典は丸亀店にてご利用ください。

アクティビティクラス新設
アクティビティクラスでは遊びを通して神経の発達を向上していきます!!
受講料 2,160円(税込)/月4回
対象：年少

初心者40分クラス新設
受講料 4,320円(税込)/月4回
さらに、今ならレッスンを受け放題!!
対象：テニス初心者

※上記の詳細につきましては、当クラブまでお問い合わせ下さい。

丸亀 テニス でネット検索! ※期間 H30/5/31まで

エアコン付き! インドアコートで日焼けなし!
丸亀市川西町南2 TEL&FAX 0877-28-7219

5/31 世界禁煙デー

健康課 ☎24-8806

禁煙は、生活習慣病(がん、循環器疾患など)を予防する上で重要です。喫煙が健康に与える影響は大きく、受動喫煙の危険性やニコチンの依存性を考えると、喫煙習慣は個人の嗜好にとどまらない健康問題です。

世界保健機関(WHO)は、5月31日を「世界禁煙デー」と定めています。

禁煙週間(5月31日～6月6日)

厚生労働省においては、世界禁煙デーに始まる1週間を禁煙週間としています。

◎禁煙や受動喫煙防止に取り組みましょう

まずは住民1人ひとりが喫煙の害について理解しましょう。

未成年の喫煙、子どもや妊婦のいるところでたばこを吸わないなど、家族・地域・職場ぐるみでの分煙・禁煙をあわせて行っていきましょう。

◎喫煙は依存症のひとつ

たばこの中に含まれるニコチンは、麻薬やアルコールと同様に依存性があります。一度吸うとなかなかやめられないという特徴があります。興味本位で吸わない、一度吸っても習慣化させないようにしましょう。



いきいき健口教室

地域包括支援センター ☎24-8933

口腔機能を高める方法について、みんなで楽しく学べる教室。歯科衛生士が指導します。

対象＝市内在住の65歳以上の人
定員＝各コース20人(申込順)

料金＝無料
その他＝全6回で1コースの教室です。今年度すでに受講された人も再度申込可能。

申し込み＝各コース開始3日前までに、地域包括支援センターへ



コース	春夏コース①	春夏コース②
日程	(木曜日) 5月17日・31日 6月14日・28日 7月12日・26日	(金曜日) 5月18日 6月1日・15日・29日 7月13日・27日
時間	午後1時半～3時	午後1時半～3時
場所	ひまわりセンター 研修会議室3	飯山保健福祉センター 2階 栄養指導室

ジイちゃん、「二刀流」って野球やろ?

★グループ指導
・公立中、私立中、国立中
英語と数学 月額 15,000円

★個別指導(1対2)
・小、中、高 60分あたり 2,500円
※「濃い学習法」で指導中!

ももとは「剣」の道じゃ

ただ塾 丸亀市田村町1365-2(丸亀第2団地内)
TEL(0877)25-2815

命 の鍵を握っているのはシロアリです。

地震の際、シロアリ被害を受けた建物は倒壊の危険が増し、人命が失われる恐れがあります。白蟻被害を巣から断つ!!

5年ごとに継続的なシロアリ防除を。駆除・予防には最新式のベイト工法をお勧めいたします。

維持管理型ベイト工法

環境にやさしい新時代のシロアリ駆除システム

確実なシロアリ防除は65年以上の実績と信頼ある当社へ

株式会社友清白蟻

■高松支店 高松市西八世町285番地1
TEL087-866-2780 FAX087-866-0325