

後期高齢者医療制度 加入者のみなさんへ

◆後期高齢者医療の窓口負担が2割負担に変更となったかたへ被保険者証回収のお願い

令和4年10月1日から後期高齢者医療被保険者証の一部負担金の割合が1割負担から2割負担へ変更となるかたへ、9月に青森県後期高齢者医療広域連合より新しい被保険者証が発送されました。

2割負担となるかたは、10月1日以降1割負担の被保険者証は使用できませんので、1割負担の被保険者証の返却が必要です。

返却方法▼

- ・同封の返信用封筒を利用し、ポストへ投函

- ・駅前庁舎1階9番窓口国保医療年金課もしくは浪岡庁舎健康福祉課まで返却

※今回の制度改正の見直しに関するご質問等は、厚生労働省コールセンターへお問合せください。

厚生労働省コールセンター
(☎0120-001719)

青森県後期高齢者医療広域

連合(☎017-721-3821)
国保医療年金課
(☎017-734-5493)

◆保険料が年金から天引き(特別徴収)されているかたへ

天引きされる保険料額は月によって変動します。
4月・6月・8月▽年金振込時に前年度2月と同額を天引き(仮徴収)

10月・12月・2月▽残りの保険料額を分割して天引き(本徴収)

※天引きされる保険料額は、7月にお送りした保険料額決定通知書をご確認ください。

国保医療年金課

(☎017-734-5340)

浪岡振興部健康福祉課

(☎0172-62-1153)

青森県後期高齢者医療広域

連合(☎017-721-3821)

◆お薬代負担軽減のご案内

医療機関で処方されるお薬をジェネリック医薬品に切り替えるとお薬代が安くなる可能性のあるかたへ、「お薬代負担軽減のご案内」を10月下旬に送付し、どのくらい負担軽減につながるかをお知らせ

します。ジェネリック医薬品の利用を希望するかたは、医師、薬剤師にご相談ください。

国保医療年金課

(☎017-734-5343)

浪岡振興部健康福祉課

(☎0172-62-1153)

青森県後期高齢者医療広域

連合(☎017-721-3821)

法人県民税・法人事業税・特別法人事業税・法人市民税の電子申告

県及び市では、インターネットによる法人県民税・法人事業税・特別法人事業税及び法人市民税の電子申告を受け付けています。詳細は県または市のホームページをご覧ください。

青森県地域県民局県税部

課税第一課

(☎017-734-9972)

市民税課

(☎017-734-5192)



各種相談

10月の専門相談

◆予約が不要な相談

所屬市民なんでも相談室(駅前庁舎1階) ☎017-734-5249
●人権相談 随3日(月)・17日(月) 午前10時〜午後3時
●行政相談 随6日(木)・13日(木)・20日(木)・27日(木) 午前10時〜午後3時

●司法書士相談 随3日(月)・11日(火) 午前10時〜午後2時
●不動産相談 随6日(木)・13日(木)・20日(木)・27日(木) 午前10時〜午後3時
●不動産鑑定士相談 随25日(火) 午後1時〜3時

●土地家屋調査士相談 随3日(月) 午前10時〜午後2時
●行政書士相談 随14日(金)・21日(金)・28日(金) 午前10時〜午後3時

◆予約が必要な相談

●法律相談 随11日(火)・24日(月) 午後1時〜3時

●生活安心課 ☎017-734-5250へ電話予約。11日は3日から、24日は12日から受付(午前8時30分〜) ※相談は1回まで

浪岡地区の相談

所屬浪岡庁舎2階 小会議室

●人権相談・行政相談 随6日(木)・20日(木) 午前9時〜午後3時 所屬浪岡振興部健康福祉課 ☎0172-62-1113

消費税インボイス説明会

随10月20日(木) ①午前9時30分〜②午後2時

※②は免税事業者向け

所屬青森税務署1階共用会議室/30人

所屬10月18日(火)までに、青森税務署法人課税第一部門

(☎017-776-4241)へ ※音声案内「2」を選択

暮らしの困りごと相談所

各種行政機関や弁護士等が、年金・相続・多重債務等の様々な相談に応じます。

随10月18日(火) 午前10時30分〜午後3時

所屬アウガ5階AV多機能ホール

随10月4日(火) 午前9時から、総務省行政相談センター

きくみ青森(☎0570-090-110)へ



健康ナビ

掲載の内容は、9月5日時点の情報をもとに作成しています。イベント等は中止・延期・変更となる場合がありますので、最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

FOR YOUR HEALTH

10月は乳がん月間～乳がん検診を受けてください～

★乳がんになるのは40歳～60歳代がピーク

乳がんは女性がかかるがんの第1位ですが、早期発見・早期治療で99%以上が治ります。(出典：国立がん研究センターがん情報サービス乳がん臨床進行度別5年相対生存率)

★ブレスト・アウェアネス(乳房を意識する生活習慣)

4つのポイントで乳がんの早期発見を！

- ①知る…自分の乳房の状態を知る
- ②気づく…乳房の変化に気をつける(セルフチェック)
- ③相談する…変化に気づいたらすぐ医師に相談する
- ④検診を受ける…40歳になったら2年に1回の乳がん検診！

【自己負担金】

- ・40歳～59歳(2方向撮影：青森市国保加入者1,020円、その他1,430円)
- ・60歳以上(1方向撮影：青森市国保加入者無料、その他410円)

☎健康づくり推進課(☎017-718-2918)

浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1114)



詳しくは、市ホームページで内容をご確認ください

健康づくり推進課 鈴木

高齢者インフルエンザ予防接種が始まります

☎感染症対策課(☎017-718-2852)、

浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1114)

時所11月1日(火)～12月31日(土)(年末は各医療機関の診療日まで)／指定医療機関(要予約)

☑**①**接種時に満65歳以上のかた、**②**接種時に満60歳以上65歳未満で、心臓・じん臓・呼吸器の機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能により身体障害者手帳の内部障がい1級に該当するかた

☑**備**1,270円(自己負担金)※生活保護受給者・市民税非課税世帯のかたは、下記の**確認書類を医療機関へ持参すると無料**となります(確認書類がない場合は、自己負担金が発生します)／健康保険証、身体障害者手帳(②の場合)を持参

▼生活保護受給者…生活保護を受給していることが分かる書類

▼市民税非課税世帯(①～⑤のいずれか1つ)…①令和4年度介護保険料額決定通知書兼特別徴収(本徴収)開始通知書(保険料段階が第1～3段階が対象)②令和4年度介護保険料納入通知書(保険料段階が第1～3段階が対象)③介護保険負担限度額認定証④後期高齢者医療限度額適用・標準負担額認定証⑤自己負担金が無料となる予診票(事前の申請が必要)※③④は有効期限が令和5年7月31日までのもの

■上記①～④の確認書類を医療機関へ持参出来ない場合の手続

【申請方法】郵送申請▶「高齢者インフルエンザ予防接種予診票交付申請書兼自己負担金免除(無料)申出書」を、申請場所に郵送。1週間程度で予診票を送付します ※申請期限：12月20日(火)当日消印有効

来所申請▶即日発行※8:30～17:00(土・日、祝日を除く)

／申請期限：12月28日(水)

【申請場所】感染症対策課(元気プラザ内)、浪岡振興部健康福祉課(浪岡庁舎)

【申請書設置場所】感染症対策課(元気プラザ内)、浪岡振興部健康福祉課(浪岡庁舎)、市役所本庁舎・駅前庁舎(国保医療年金課、介護保険課、障がい者支援課、高齢者支援課)・柳川庁舎、各支所・市民センター、指定医療機関

健康に関するイベント・講座

✳️体づくり講座・健康C&C(Check&Challenge) in 西部市民センター

チェック チャレンジ

時10月12日(水) 10:00～11:30

所西部市民センター 3階

☑**人**①椅子に座ってできる筋力トレーニング及び健康体操②血管年齢や握力測定等の健康・体力チェック、健康相談(予約優先)／各25人(申込順)

備公共交通機関でお越しください

☎10月7日(金)までに、①②両方またはどちらかを選択し、健康づくり推進課(☎017-718-2912)へ

✳️中央地区リーダー企画 ロコトレ講座

時10月13日(木) 10:00～11:30

所県民福祉プラザ4階多目的室4B

☑**人**健康講話、骨・関節・筋肉などを鍛えてロコモを予防する運動／20人(申込順)

備タオル、飲み物、内履き持参。動きやすい服装でお越しください。

☎10月7日(金)までに、健康づくり推進課(☎017-718-2912)へ

いずれもマスクの着用をお願いします

