



健康

蚊が媒介する感染症の予防対策

蚊が発生する季節を迎えました。病原体に感染した人や動物の血を吸った蚊に刺されることで、さまざまな感染症にかかるおそれがあります。屋外で活動する際は、肌の露出を避け、虫よけ剤を使用してください。また、蚊は、植木鉢の受け皿や屋外に放置された空き缶など、小さな水たまりで発生するので、日頃から住まいの周囲の水たまりをなくすることも大切です。

健康推進課 ☎24-3921 ☎22-7435



高齢者・福祉

みんなきらめけ!!ハッピー体操

介護予防を目的とした体操です。

ところ	8月
唐子地区体育館	2・16日(水)
北地区体育館	10・24日(木)
大岡市民活動センター	3・17日(木)
野本市民活動センター	14・28日(月)
高坂丘陵市民活動センター	1・15日(火)
市民福祉センター	3・17日(木)
すわやま荘	15日(火)

※7月・8月に予定していた大岡コミュニティセンターのハッピー体操は中止となりました。

時間 午前10時～11時30分(大岡・高坂丘陵市民活動センターは午後2時～3時30分)

対市内在住の60歳以上の人

持 フェイスタオル(体操用)、バスタオル(敷物用)、体育館履き、飲料
※事前申込は不要。お住まいの近くの会場での参加をお願いします。

問 総合福祉エリア

☎22-5561 ☎25-3305

高齡介護課 ☎21-1406 ☎22-7731



いきいきパス・ポイント対象事業

対象事業に参加して会場の受付又は担当課窓口で「いきいきパス・ポイントカード」を提示するとポイントが付与され、貯めたポイントを地域通貨ぼたん圓と交換できます。

対市内在住の65歳以上の人

ポイント付与期間

令和6年2月29日(木)まで

※年度が変わると付与されたポイントは失効します。

ぼたん圓交換申込期間

7月3日(月)～令和6年3月15日(金)

※申込みは年度内1回に限ります。

今月号掲載の対象事業	ページ
社会教育講座「東松山市の古墳時代」	10
社会教育講座「予防と改善シリーズ」	15
ファミリー歯科健診	16
大人のための健康歯援プログラム	16
市民健康増進センター教室	16
みんなきらめけ!!ハッピー体操	18
いきいき生活教室	19
こちらウォーキングセンターです	20

問 高齡介護課 ☎21-1406 ☎22-7731

お近くの病院や介護施設を知りたいときは



病院、歯科、薬局、介護サービス事業所の情報が手軽に検索できる「比企地区在宅医療・介護情報検索システム」をHPから見るができます。

所在地、診療科、サービス内容などを簡単に調べられ、地図も掲載されますので、ぜひご利用ください。

問 高齡介護課

☎22-7733 ☎22-7731



検索システム HP

後期高齢者医療被保険者証を送付します

新しい保険証を7月中旬に簡易書留で郵送します。8月になっても届かない場合は、保険年金課までお問い合わせください。

新しい保険証(有効期限が令和6年7月31日)で、左側に緑色のラインの入ったものは8月1日から使えます。古い保険証(有効期限が令和5年7月31日)で、左側にピンク色のラインの入ったものは、8月になってから保険年金課又は各市民活動センターに返却するか、ご自身で裁断する等の処分をしてください。



自己負担割合

後期高齢者医療被保険者が医療機関を受診する際の自己負担割合は、前年中の所得や収入をもとに判定を行い、その負担割合は8月から翌年7月までの1年間適用されます。

負担割合	基準
1割	住民税課税所得が28万円未満の被保険者(同じ世帯の被保険者全員が28万円未満)
2割	住民税課税所得が28万円以上の被保険者及び同じ世帯の被保険者
3割	住民税課税所得が145万円以上の被保険者及び同じ世帯の被保険者

※「2割負担」または「3割負担」に該当する人について、収入が一定基準額未満の場合、負担割合が下がります。
問 保険年金課 ☎63-5004 ☎23-0076

民生・児童委員が委嘱されました

7月1日付けで、民生・児童委員1人が新たに委嘱されました。現在、定数162人中154人の民生・児童委員が、地域住民の身近な相談相手として活動しています。

お住まいの地区の担当民生・児童委員等は、社会福祉課へお問い合わせください。

問 社会福祉課

☎21-1408 ☎24-6066



市HP

国民健康保険の保険証を送付します

新しい保険証を7月中旬に世帯ごとまとめて世帯主宛てに簡易書留で郵送します。8月になっても届かない場合は、保険年金課までお問い合わせください。

新しい保険証(灰色)は8月1日から使えます。古い保険証(オレンジ色)は、8月になってから保険年金課又は各市民活動センターに返却するか、ご自身で裁断する等の処分をしてください。

70歳、75歳になる人は、保険証の有効期限が短くなる場合があります。対象となる人には有効期限内に別途保険証を郵送します。

問 保険年金課 ☎21-1403 ☎23-0076

いきいき生活教室

日 8月25日、9月8日、22日(金)午前10時～11時30分(9月8日のみ正午まで)

場 高坂丘陵市民活動センター

対市内在住の65歳以上の人

定 20人(申込順)

内 健康寿命を延ばすために自宅で実践できる運動・栄養・口腔ケアを学ぶ。

費 400円(食材費等)

申・問 8月18日(金)までに直接、電話又はFAXで総合福祉エリアへ。

☎22-5561 ☎25-3305

7月は虐待ゼロ推進月間です!

虐待を発見した、虐待を受けている、虐待をしてしまったなどの場合は「埼玉県虐待通報ダイヤル#7171(虐待ない、絶対ない社会へ)」に電話してください。

問 障害者福祉課(障害者虐待防止センター)

☎63-5032 ☎24-6066

高齡介護課

☎22-7733 ☎22-7731



県HP

シニアボランティアポイント制度

高齢者がボランティア活動を通じて地域貢献や自身の介護予防に取り組むことを支援するために、活動実績に対してポイントを付与する制度です。

事前に登録し、ポイント付与の対象となる活動を通して受け取ったポイントは、年額で最大5,000円の転換交付金に換えることができます。

対市内在住の65歳以上の人(介護保険料を滞納していないこと)

費 無料(任意保険料は別途)

持 介護保険証

申・問 市社会福祉協議会

☎23-1251 ☎23-8898

きらめけ☆サポーター養成研修

高齢者の介護予防を目的としたハッピー体操を地域の人に指導・普及するボランティアを募集します。

日 8月24日(木)、9月11日・25日(月)、10月16日・23日(月)、12月11日・18日(月)・22日(金)午後2時～3時30分(8月24日(木)は午後2時～4時、12月11日・22日は午前10時～正午)

※そのほかに見学・実習があります。

場 総合福祉エリア、北地区体育館など
対市内在住のおおむね40歳以上の全日程参加可能で、研修終了後はボランティアとして活動できる人

定 20人(申込順)

内 ハッピー体操の動きや指導方法、運動理論など

申 7月3日(月)～8月18日(金)に総合福祉エリアへ。

問 総合福祉エリア ☎22-5561 ☎25-3305

高齡介護課 ☎21-1406 ☎22-7731

住民税非課税世帯に対する価格高騰重点支援給付金

令和5年度住民税非課税世帯に対して、1世帯あたり3万円を給付します。世帯の状況により、申請なしのプッシュ型で給付が受けられる場合や申請が必要な場合があります。

問 社会福祉課

☎21-1455 ☎24-6066

☎0120-142-221

市HP



7月から申請受付

令和5年度 国民年金保険料申請免除・納付猶予

国民年金保険料を納めることが困難な場合は、免除制度や納付猶予制度があります。免除制度は、全額免除と一部免除(4分の3免除・半額免除・4分の1免除)があり、申請者本人と配偶者、世帯主の前年所得をもとに審査します。

50歳未満の人には、免除制度のほかに納付期限を10年に延長する納付猶予制度があります。この制度は申請者本人と配偶者の前年所得をもとに審査します。

※一部免除の場合は減額された残りの額を期限内に納める必要があります。

令和5年度月額保険料

定額	全額免除	0円
16,520円	3/4免除	4,130円
	半額免除	8,260円
	1/4免除	12,390円

※免除や納付猶予を受けた期間は年金の受給資格期間には入りませんが、老齢年金の受取額が少なく計算されます。
※学生は学生納付特例制度(学生証・在籍証明書が必要)、失業した人は失業特例制度(退職日が確認できる公的機関の証明が必要)があります。
※退職日が確認できる公的機関の証明：雇用保険被保険者離職票、雇用保険受給資格者証、退職辞令など

保険料の追納

免除や納付猶予を受けた場合に10年以内に国民年金保険料を納付すれば、本来支払った場合と同様に扱われます。

問 川越年金事務所 ☎049-242-2657 ☎049-245-8919

保険年金課 ☎21-1434 ☎23-0076