

# 国民健康保険の保険証が10月から更新

10月1日(火)から、大和市国民健康保険の被保険者証(以下「国保証」)を更新します。9月中旬に、世帯全員の新しい国保証を世帯主宛てに送付します。

国保証は8月23日時点の情報を基に作成しています。国保証が届いたら、まず記載事項に誤りがないか確認してください。

## ■国保証の有効期限が変わります

今回の国保証の有効期限は、原則「令和2年7月31日」です。来年度から国保証と国民健康保険高齢受給者証を一体化するため、更新時期を従来の10月1日から8月1日に変更するものです。

## ■記載内容に変更があった場合

市内での住所変更、世帯主や氏名が変わったなど、被保険者の状況に変更があったときは、まず市役所市民課または各分室で住民登録を変更してください。

## ■新しく社会保険などに加入した場合

封筒の表面に「社保加入」と記載し、次の必要書類を郵送で〒242-8601市役所保険年金課へ。直接持参も可。

**必要書類**▼新しく社会保険に加入した人全員の社会保険証(郵送の場合

は両面をコピーし、電話番号(携帯電話可)を記入し「国保証」。

※届け出の翌月20日までに、国民健康保険税の変更決定通知書を送付します。届かない場合は、保険年金課へご連絡ください。

## ■裏面は「ドナーカード(臓器提供意思表示カード)」として利用できます

意思表示欄保護シールを希望する場合は市役所保険年金課にご連絡ください。臓器移植の概要は(公社)日本臓器移植ネットワーク(☎0120-78-1069)のホームページをご覧ください。

## ■有効期間が1年未満の国保証

## ■後期高齢者医療制度に関するもの

〜来年7月末までに75歳になる人  
75歳の誕生日以後は自動的に後期高齢者医療制度の加入者となります。そのため、来年7月31日までに75歳になる人へ送付する国保証の有効期限は、75歳の誕生日前日までです。

## ■退職者医療制度に関するもの

〜来年7月1日までに65歳になる人  
退職者医療制度の被保険者で来年7月1日までに65歳になる人は、今回送付する同制度の国保証の有効期

限が、65歳になる月の末日(1日生まれば前月末日)までです。対象者には有効期限までに、一般の国保証を送付します。

## ■ジェネリック医薬品希望カードを同封

ジェネリック医薬品希望カードは、同医薬品への切り替えを希望する意思を医師や薬剤師に伝えるカードです。切り替えを希望する場合は、同

カードを提示して医師と相談してください。

※同カードがなくてもジェネリック医薬品に切り替えられます。

# 第9回 YAMATO イラストレーションコンペの作品を募集

今年のテーマは「時」。市内在住のイラストレーター及川正通氏を審査委員長とし、入賞者が選ばれます。入賞者は、来年度に市が実施する事業のポスターやチラシなどを制作するイラストレーターとして起用します。

**応募規定**▼国内在住の16歳以上40歳未満のアマチュアによる作品/1人(組)3作品まで。オリジナルで未発表の平面作品に限る/用紙サイズはA4判(縦横使い・画材とも自由)

**応募方法**▼12月12日(木)迄(消印)までに作品と応募用紙を直接または郵送で〒242-8601市役所文化振興課へ。応募用紙と応募要項は同課で配布するほか、市のホームページからダウンロードもできます。電話・ファクスでの請求も可。詳しくは応募要項をご覧ください。

☎(260)5222 FAX(260)2080

☎(260)5222 FAX(260)2080

☎(260)5114 FAX(260)5158

# 大和なでしこカップ 2019(U-15)を開催

未来の「なでしこジャパン」を目指す15歳以下の女子サッカー選手の競技力向上を目的に、「大和なでしこカップ 2019(U-15)」を開催します。県内を中心に8チームが参加予定。ぜひご観戦ください。

**と き**▶9月15日(日)・16日(祝) いずれも午前9時30分～午後4時10分(16日は午後4時30分まで。決勝戦は16日午後3時から)

**ところ**▶大和なでしこスタジアム(大和スポーツセンター競技場)  
**申し込み**▶不要。



白熱した試合を繰り広げます

☎大和スポーツセンター内市スポーツ課地域スポーツ・女子サッカー支援係 ☎(260)5763 FAX(262)9514

# 介護予防サポーター講座を開催



介護予防や認知症の正しい知識を学ぶ講座を開催します。全6回に参加した人には修了証を発行。ぜひご参加ください。

**テーマ**▶①「心とからだの老化を防ぐ健康づくり」「いきいき健康に!~大和市の介護予防」、②「お口いきいき健口づくり~口腔ケアの講義と実技」、③「元気の源は食事から~若さの秘訣教えます」、④「さあ!あなたも認知症サポーターに~認知症の正しい理解と支援」、⑤「やまといいき健康体操 らくらく筋力アップ!」、⑥「みなさんのお住まいの地域を知ろう」

**と き**▶下表のとおり。いずれも午後1時30分~3時30分(全6回・1回のみ参加可)  
**対象/定員**▶市内在住者/各会場先着20人程度(昨年度までの受講者は、未受講のテーマのみ申し込み可)  
**講師**▶①医師、保健師、②歯科医師、歯科衛生士、③管理栄養士、④認知症キャラバン・メイト、⑤⑥地域包括支援センター職員

**申し込み**▶電話で下記の各地域包括支援センターへ。

テーマ	ところ▶下記のコミセンまたは地域包括支援センター(地域名(施設名)/所在地/電話番号)								
	下鶴間 つきみ野 (ロゼホーム つきみ野) 下鶴間418-2/ ☎(272)7061	中央林間 (プラマ会/ 中央林間 8-25-8 LAPLA 中央林間2階/ ☎(271)5572	南林間 (サンホーム 鶴間) 南林間1-4-18 ジュネス 南林間2-1/ ☎(271)5706	鶴間 (サンホーム 鶴間) 西鶴間8-1-2/ ☎(271)2770	深見大和 (大和YMCA) /大和東 3-3-16/ ☎(264)3192 へ。	上草柳・中央 (晃風園) 草柳2-15-1/ ☎(263)1108	福田北 (大和社協) /柳橋2-11 (まごころ 地域福祉 センター内) ☎(267)9992	下福田 コミセン ※申し込みは 福田南 (敬愛の園) ☎(269)9001 へ。	桜丘・和田 (和喜園) 下和田822-1/ ☎(268)2621
①	10月9日 (水)	11月7日 (木)	10月17日 (木)	9月11日 (水)	11月20日 (水)	9月12日 (木)	10月2日 (水)	9月27日 (金)	11月14日 (木)
②	10月24日 (木)	11月14日 (木)	10月31日 (木)	10月3日 (木)	12月3日 (火)	9月19日 (木)	10月17日 (木)	10月10日 (木)	11月21日 (木)
③	10月30日 (水)	11月19日 (火)	11月15日 (金)	10月11日 (金)	来年1月8日 (水)	10月4日 (金)	10月29日 (火)	10月25日 (金)	12月6日 (金)
④	11月13日 (水)	11月28日 (木)	11月22日 (金)	10月23日 (水)	来年1月22日 (水)	10月9日 (水)	11月20日 (水)	11月1日 (金)	12月10日 (火)
⑤	11月25日 (月)	12月5日 (木)	11月29日 (金)	11月6日 (水)	来年2月5日 (水)	10月16日 (水)	12月4日 (水)	11月21日 (木)	来年1月14日 (火)
⑥	12月10日 (火)	12月17日 (火)	12月12日 (木)	11月22日 (金)	来年2月19日 (水)	10月30日 (水)	12月20日 (金)	11月28日 (木)	来年1月28日 (火)

☎保健福祉センター高齢福祉課いきいき推進係 ☎(260)5613 FAX(260)1156