

国民健康保険のお知らせ

4月から一部負担金の割合を変更します 予定

一部負担金(医療機関での窓口でお支払いいただく金額)の割合を、次のとおり変更します。

▼2割負担となる乳幼児の対象年齢を、「3歳未満」から「義務教育就学前(6歳の誕生日の前日以後、最初の3月31日まで)」に拡大します。

乳幼児医療証をお持ちの方が、健康保険適用の自己負担分の医療費を支払ったときは、これまでと同様に助成します。

▼70歳〜74歳の方(一定所得以上で「3割負担」の方を除く)の一部負担割合は、「1割」から「2割」になります。ただし、21年3月までは、1割のままに据え置きます。この1割の差額は、国が負担します。

4月から退職者医療制度の対象年齢が64歳以下に引き下げられます

退職者医療制度は、国民健康保険に加入している方のうち、会社などを退職して年金受給権のある方など、一定の条件を満たす方とその被扶養者の方

が対象です。その対象年齢が64歳以下に変わります。

現在、退職者医療制度に該当している65歳以上の方とその被扶養者の方は、退職者医療制度の被保険者でなくなり、一般の国民健康保険の被保険者となります。

●国民健康保険高齢受給者証をお持ちの方(70歳〜74歳)へ
●新しい高齢受給者証を送ります

一部負担割合の改正と退職者医療制度の対象年齢引き下げに伴い、有効期限が20年3月31日の受給者証をお持ちの方には、新しい受給者証を3月21日(金)に送ります。4月1日(火)からは、新しい受給者証で医療機関を受診してください。3月27日(木)までに届かない方は、お問い合わせください。

有効期限は、7月31日までに75歳になる方は誕生日の前日、それ以外の方は7月31日です。8月以降有効の高齢受給者証は、7月下旬に送ります。

また、一部負担割合が1割の方は、受給者証の一部負担割合の表記が「2割(ただし、平成20年7月31日までは1割)」となります。

【問合せ】国保年金課国保資格係
(4月1日(火)から医療保険年金課国保資格係) (本庁舎4階) ☎(5273) 4146へ。

退職者医療制度該当の国民健康保険証をお持ちの方へ

●新しい保険証を送ります
対象年齢引き下げに伴い、有効期限が20年3月31日の退職者医療制度該当の保険証(若草色)をお持ちで、4月1日現在65歳〜74歳の方(退職者本人)とその被扶養者の方には、新しい保険証(サーモン色)を3月18日(火)までに配達記録郵便で送ります。

4月1日(火)からは、新しい保険証で医療機関を受診してください。3月27日(木)までに届かない方は、お問い合わせください。

有効期限は、21年9月30日までに75歳になる方は誕生日の前日、それ以外の方は21年9月30日です。

◎被用者保険の加入者が後期高齢者医療制度に加入した場合

会社や共済組合などの健康保険に加入している方が75歳になり、後期高齢者医療制度に加入すると、その方の扶養となっていた75歳未満の方も健康保険の資格を喪失します。他に扶養する家族の方がいなければ、区の国民健康保険に加入する手続きが必要となります。

後期高齢者医療制度の保険証を送ります

4月から、75歳(一定の障害による認定を受けている方は65歳)以上の方の新たな医療保険制度「後期高齢者医療制度」が始まります。

3月25日(火)までに届かない方は、高齢者サービス課医療助成係(4月1日(火)から医療保険年金課高齢者医療係) (本庁舎2階) ☎(5273) 4562へお問い合わせください。

また「限度額適用・標準負担額限度額認定証」「特定疾病療養受療証」をお持ちの方には、保険証とは別に、3月下旬にお送りします。

なお、4月2日以降に75歳を迎える方には、75歳の誕生日の前日までに新しい保険証を送ります。誕生日以降は、新しい保険証をお使いください。



四谷地域センター

ふれあい祭

●作品展 舞台発表・ふれあい広場

【日時・内容】3月23日(日) 作品展示・講習会・喫茶スペース：午前10時〜午後3時、②ふれあいステージ(ダンス・踊り・演奏等の発表会。抽選会あり)：午前11時〜午後3時40分、③ふれあいマーケット(フリーマーケット)：午前10時〜午後3時

【会場】①四谷地域センター、②四谷区民ホール、③四谷区民センター1階プラザ(いずれも内藤町87)

【費用】無料
【問合せ】四谷地域センター ☎(3351) 3314へ。

大久保地域センター

出前寄席

●自分だけは、だまされないと思っていまませんか

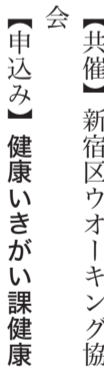
【日時】3月23日(日)午後2時〜4時(1時30分開場)
【内容】「キャッチセールスなんて恐くない」「食品の表示を確認せよ」「架空請求は恐いぞ」

【協力】地球の人
【会場・申込み】当日直接、大久保地域センター(大久保2-12-7) ☎(3209) 3961へ。先着30名。

いきいきウォーク新宿

●初心者向け
歩く習慣を身に付け、健康づくりと介護予防を目指します。

【日時・集合場所】3月27日(木)午前10時、落合第二地域センター(中落合4-17-13)に集合
【内容】落合第二特別出張所の周辺地域(3km)のウォーキング、楽しい歩き方の指導、歩測
【費用】200円



「じゃべれおん'08」

出場者募集

●外国人の日本語スピーチコンテスト
【日時】6月14日(土)午後0時30分〜4時30分(終了後、6時30分まで懇親会)

【会場】新宿文化センター(新宿6-14-1)
【対象】次のすべてを満たす方、15名程度。①区内在住・在勤・在学、②母語が日本語以外、③在日期間2年以上

【主催】東京四谷ライオンズクラブ、(助)新宿文化・国際交流財団
【申込み】申込書と発表(1人7分) 予定の作文(日本語、テーマは自由(未発表のもの)、字数制限なし)を、5月9日(必着)までにしんじゅく多文化共生プラザ(〒160-0021

歌舞伎町2-44-1、ハイジア11階) ☎(5291) 5171へ。申込者多数の場合は事前審査あり。

四谷ひろばの催し

●うたごえサロン
【日時】毎月第1土曜日(4月は5日) 午後2時〜4時

【内容】童謡から流行歌までをみんなで歌う
【費用】500円。歌集千円(お持ちでない方)

【会場・申込み】当日直接、四谷ひろば(四谷4-20、旧四谷第四小学校)へ。
【問合せ】四谷ひろば運営協議会・来栖 ☎(3357) 1271 または四谷特別出張所 ☎(3354) 6171へ。



社交ダンス入門講座

【日時】4月3日〜6月26日の木曜日、午後6時30分〜8時30分、全13回

【会場】新宿コズミックセンター(大久保3-1-2)
【対象】区内在住・在勤の初心者の方、80名
【内容】ブルース・ワルツ・タンゴ・ジルバ・ルンバ・チャチャチャ

【費用】6千円
【主催・申込み】往復はがきに記載例(3面参照)のほか年齢・性別、在勤の方は勤務先を記入し、3月25日(必着)までに区アマチュアダンス協会・今泉清隆(〒169-0075高田馬場4-4-15-102) ☎(5348) 2951へ。先着順。

春季合気道 初心者講習会

初心者講習会

【日時】4月6日(日)午後0時30分〜4時

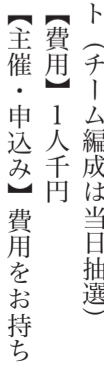
【会場】新宿スポーツセンター(大久保3-5-1)
【対象】区内在住・在勤の6歳〜65歳の方、60名
【内容】受身・基本技、変化技(経験者)

【費用】無料
【主催・申込み】電話で区合気道連盟・島田 ☎(3200) 0516(午前10時〜午後5時)へ。先着順。当日直接、会場でも受け付けます。

区民卓球チーム大会

【日時】4月20日(日)午前9時から

【会場】新宿スポーツセンター(大久保3-5-1)
【対象】区内在住・在勤の方と連盟に登録している方
【内容】ダブルス・ミックス制のリーグ戦・順位別トーナメント(チーム編成は当日抽選)



専門医による物忘れ相談

【日時】3月25日(火)午後2時〜4時

【対象】区内在住で物忘れでお悩みの方、5名程度
【内容】個別相談(櫻井博文東京医科大学病院老年病科医師)
【会場・申込み】電話で予防課保健指導係(第2分庁舎3階) ☎(5273) 3862へ。先着順。



生活習慣病予防教室

●自宅でできるストレッチとエクササイズ

【日時】3月31日(月)午後2時〜4時
【対象】区内在住で運動制限のない65歳未満の方、20名
【講師】金子和子(運動指導員)

【費用】無料
【会場・申込み】電話で西新宿保健センター(西新宿7-5-8) ☎(3369) 7151へ。先着順。予約制。



審議会

【日時】3月24日(月)午後2時から

【会場】区役所本庁舎5階大会議室
【内容】次世代育成の課題に対する取り組みについて
【申込み】傍聴を希望する方は、電話で子ども家庭課子ども家庭支援係(本庁舎2階) ☎(5273) 4544へ。