

## 手続き

### 後期高齢者医療制度の新しい被保険者証と保険料決定通知書を送付します

後期高齢者医療制度の対象の方に、被保険者証(橙色)を7月下旬までに送付します。被保険者証(橙色)の配達時に不在の時は郵便局に保管され、お知らせが投函されます。7月中旬に届かない場合や郵便局の保管期限を過ぎた場合は、区役所保険年金担当までお問い合わせください。なお、現在の被保険者証(黄色)は8月1日から使えなくなりますのでご注意ください。また、後期高齢者医療制度の保険料決定通知書を7月20日頃に送付します。7月中旬に届かない場合はご連絡ください。

☎ 保険年金 1階⑥番 ☎ 4809-9956

### 国民年金基金のご案内

国民年金基金は、自営業の方々とそのご家族などが国民年金とセットで加入して、掛金の税優遇を受けながら積み立て、老後に国民年金に上乗せの年金を受けられる、公的な個人年金です。

#### 〈メリット〉

- 掛金の全額(上限:年額816,000円)が所得から控除され、所得税・住民税共に軽減されます。
- 受け取る年金も「公的年金控除」の対象で、遺族一時金も非課税です。

#### 〈主な特徴〉

- 終身年金が基本で、万一の時はご遺族に一時金が支払われます。
- 掛金は加入時の掛金で一定額。受け取る年金も一定額で、加入時に確定します。
- 掛金は、収入に応じて全額の一部停止や、2口目以降の減口や増口が可能で無理なく続けられます。

#### 〈加入対象者〉

- 20歳～60歳未満の国民年金に加入されている方。
- 国民年金に任意加入されている60歳～65歳未満の方や海外に居住されている方。

#### 詳しいお問い合わせ先

全国国民年金基金 近畿支部  
(〒541-0044 中央区伏見町3-3-8 淀屋橋KAKENビル2階)  
☎ 0120-65-4192



詳しくはこちら

☎ 保険年金 1階⑥番 ☎ 4809-9956

### 国民健康保険高齢受給者証を更新します

大阪市国民健康保険に加入の70歳から74歳の方に7月下旬までに新しい高齢受給者証を送付します。現在のものは8月1日から使用できなくなります。7月中旬に届かない場合は区役所保険年金担当までお問い合わせください。

☎ 保険年金 1階⑥番 ☎ 4809-9956

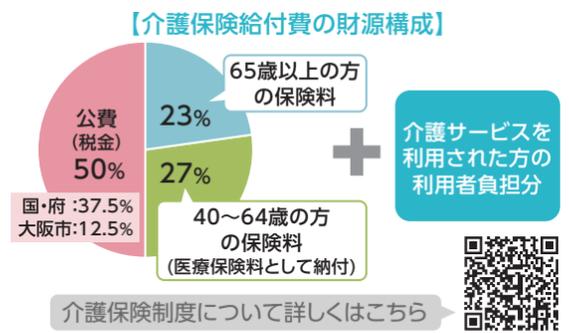
### 介護保険料について ～みんなで支える老後の安心～

7月中旬に65歳以上の方(介護保険の第1号被保険者)で年金からのお支払いにより保険料を納めていただいている方等に、介護保険料決定通知書を送付します。納付書が同封されている方は、コンビニエンスストアなどで期限内に納付してください。

#### よくある問い合わせ

- 問** 介護保険料はどのように決まっているのか?  
**答** 大阪市の介護保険料は、本人及び世帯の市民税の課税状況や合計所得金額等に応じて15段階に分けて決められています。
- 問** 65歳になり介護保険料の納付書が届いたが年金から天引きされないのか?  
**答** 年金保険者(年金機構や共済組合)の手続きが完了して年金からの支払いが開始されるまで半年～1年の期間を要します。それまでの間、納付書等での介護保険料のお支払いをお願いします。

#### みなさんの保険料が介護保険制度を支えています



☎ 介護保険 2階⑨番 ☎ 4809-9859

## まちづくり・にぎわい

### 空家のリフォームを応援します 「空家利活用改修補助事業」

空家所有者等による住宅の改修工事について、費用の一部を補助します。地域のまちづくりに活用する場合は、補助の金額が上がります。



Reform

#### 〈補助内容〉

- 住宅の性能向上に資する改修工事費用等(1/2 最高75万円)
  - 地域まちづくりに資する用途への改修工事費用等(1/2 最高300万円)
- ※耐震性や建てられた時期、空家であった期間など「補助要件」があります。詳しくはHPまたは下記の問合せ先へ。

☎ 住まい情報センター受付窓口

☎ 6882-7053

企画調整 1階⑨番 ☎ 4809-9927



## 保健師の健康一口メモ

### 知っていますか?あなたの担当保健師

すべての子育て家族にとって、安心して気軽に相談できる場所をめざして、「**ネウボラ**」の取り組みを進めています。身近な健康のサポーターとして、妊娠・出産・子育て等やご家族の健康に関すること等、地域を担当している保健師が相談をお受けしています。相談内容によっては、必要な関係機関へおつなぎします。



#### 東淀川区の地域担当保健師

令和5年4月現在

東井高野  
井高野  
はやしだ  
林田



新庄  
下新庄  
くすのき  
楠木



大隅東  
豊里南  
わたなべ  
渡邊



大隅西  
大道南  
おおたに  
大谷



小松  
うちだ  
内田



菅原  
おやま  
小山



大桐  
かどや  
角谷



豊里  
さえき  
佐伯



豊新  
みうら  
三浦



西淡路  
たまだ  
玉田



淡路  
よしもち  
吉用



東淡路  
啓発  
なかたに  
中谷



☎ 健康相談 2階④番 ☎ 4809-9968

## 子育て・教育

### 保健福祉センターで実施します

#### ● プレママパパのためのマタニティクラス(妊婦教室) 無料 要予約

3つのコースA・B・Cで開催します。日程についてはHPをご確認いただき、下記電話番号よりご予約ください。



- 内容 A 歯科・栄養(妊婦歯科健診)  
B 子育て準備(保健師)  
C お産に向けて(助産師)  
いずれも13:30～15:30



日程はこちら

持ち物 母子健康手帳・筆記用具・

冊子「わくわく」・みのりBABYファイル  
※Aのみ普段使っている歯ブラシ・手鏡

#### ● 妊婦歯科健診 無料 要予約

日時 8月7日(月)13:30～13:45

#### ● 助産師による専門相談 無料 予約不要

妊娠・出産・授乳・卒乳などお気軽にご相談ください。  
日時 7月12日(水)・26日(水)13:30～16:00

☎ 健康相談 2階④番 ☎ 4809-9968

## 健康

### 7月は食中毒予防月間です

食中毒は7月～9月にかけて起きやすい傾向にあるため、毎年7月を「食中毒予防月間」と定め、食中毒予防を呼びかけています。食中毒予防の三原則、「つけない」「ふやさない」「やっつける」をもとに、予防方法をきちんと守り、食中毒を予防しましょう。



特に「手洗い」は、感染症の予防にも効果的です。料理の前、食事の前、帰宅後やトイレの後など、頻繁に手を洗う習慣をつけましょう。

☎ 生活環境 2階③番 ☎ 4809-9973

### こころの健康サポート情報

#### 酒害教室参加者募集 無料 予約不要

酒害についての専門的な講義と、当事者の方の体験談等を通じて、アルコール問題についての正しい知識と理解を深める教室です。アルコール問題からの回復をめざしている方、ご家族の方、関係機関の方、アルコール問題について理解を深めたい方、どなたでもご参加ください。



実施日 毎月第1水曜日(祝日は除く)14:00～16:00

場所 区役所出張所 3階(東淡路4-15-1)

内容 依存症専門の精神保健福祉士の話、参加者からの体験談

※感染症流行状況によっては中止となることがあります。

☎ 健康相談 2階④番 ☎ 4809-9968

