

国民健康保険被保険者証を更新

担当 国保年金課
☎046(2552)7003
FAX046(2552)7043

現在使用している国民健康保険被保険者証(保険証)の有効期限は、9月30日(日)です。9月下旬までに、新しい保険証を世帯主宛てに転送不要の簡易書留郵便で送付しますので、記載内容の確認をお願いいたします。内容に誤りや不明な点などがある場合には、担当へご連絡ください。

また、保険証の更新は1年に1回行っていますが、今年度の入谷地区の住居表示変更に伴い、該当者については平成31年2月頃にも新しい保険証の送付を予定しています。それまでは今

回送付する保険証をご使用ください。

新しい保険証が届いた方で、就職や扶養に入って社会保険などの保険証をお持ちの方は、国民健康保険資格喪失の届け出が必要となります。有効期限の切れた保険証は、市役所1階国保年金課または各出張所に返却するか、細かく裁断して破棄してください。

※平成31年7月31日までに75歳になる方の保険証の有効期限は75歳の誕生日の前日、誕生日以降は「後期高齢者医療制度」に基づく新しい保険証をお使いください。

国民年金保険料の後納制度は9月末まで

担当 国保年金課
☎046(2552)7035
FAX046(2552)7043

国民年金保険料の後納制度は、過去5年以内に国民年金保険料の納め忘れがある方が申し込みをすることで、平成27年10月から平成30年9月までの3年間に限り、国民年金保険料を納めることができる制度で、年金額の増額・年金の受給資格を得られます。

す方
①20歳以上60歳未満の方で、5年以内に納め忘れの期間(納付・免除以外)や未加入期間がある方
②60歳以上65歳未満の方で、①の期間の他、任意加入中に納め忘れの期間がある方
③65歳以上の方で、年金受給資格がなく任意加入中の方など

①〜③のいずれかを満たす方

①申込方法 基礎年金番号が分かるものを年金事務所へ持参、または「国民年金後納保険料納付申込書」に必要事項を記入し厚木年金事務所(〒243-8688 厚木市栄町1-10-3)宛てに郵送。
②申込期限 9月28日(金) ※郵送の場合、期限前に受け付けを終了することがあります。
③問い合わせ先 厚木年金事務所 ☎046(223)7171(代表)

自殺予防週間

担当 障がい福祉課
☎046(2552)7132
FAX046(2552)7043

9月10日〜16日の一週間は自殺についての正しい知識を得る「自殺予防週間」です。自殺予防は、個人的な問題に帰するのではなく、社会的な取り組みが必要であると考えられています。

表面的な励ましは逆効果です。気持ちを尊重・共感した上で、相手を大切に思う気持ちを伝えましょう。

心身の病や社会・経済的な問題などは、公的相談機関・医療機関などの専門家への相談につなげましょう。

◆あなたも自殺を防ぐゲートキーパーに
自殺を防ぐためには普段からの「気づき」「傾聴」「つなぎ」「見守り」が大切です。

◆不眠はうつ病のサインかも
2週間以上継続する不眠はうつ病の可能性がありま

◆見守り
身体や心の健康状態について自然に声を掛け、焦らずに見守りましょう。必要に応じて、キーパーソンと連携を取り、専門家に情報を提供しましょう。

住民自主企画講座

担当 生涯学習課
☎046(2552)4311

市では、五大疾病となった精神疾患について理解と対処法を学ぶ市民自主企画講座を開講します。講座ではストレス社会に住む心の病を抱えている方や家族の

現状や対処法を学び、理解を深める講義を行います。

○とき ①9月27日②10月25日③11月22日④12月13日いずれも木曜日午後1時30分〜3時30分(全

住宅リフォーム補助制度

担当 建築住宅課
☎046(2552)7396
FAX046(2552)3550

市では、地域経済の活性化と市民の居住環境の向上を目的とした、住宅リフォーム補助制度の申請を受け付けます。詳しくは市ホームページをご覧ください。

○対象要件 市内在住で、住民登録のある人が所有し、自ら居住している住宅(共同住宅は専有部分、併用住宅は住宅部分)で、次の全てに該当するもの。

●着工予定の工事(着工済は対象外)
●平成31年3月27日(水)までに工事完了書類を提出
●工事費が10万円以上(税抜き)
●募集件数 64件(多数抽選)
●補助金額 5万円(一棟につき1回限り、過去に補助を受けたことがある場合は対象外)
○申込方法 9月7日(金)〜21日(金)午前8時30分〜午後5時(正午〜午後1時は除く)に次の提出書類を直接担当へ(郵送不可)

心身の病を知ろう

市役所5階5-1会議室
講師 NPO法人横浜メンタルサービスネット
講師 どんたでも

○ところ ①②③ハーモニホール座間大会議室④市役所5階5-1会議室
○講師 NPO法人横浜メンタルサービスネット
○対象 どんたでも
○定員 50人(申込順)
○参加費 各回500円(受講料および軽食費用含む)
○申込方法 電話、ファクスまたは直接担当へ

○提出書類
●市役所4階建築住宅課で配布する補助金交付申請書(市ホームページからダウンロード可)
●住宅リフォーム見積書の写し(施工業者の名称・所在地・電話番号の記載と押印があるもの)
※一業者の申請枠は5件までです。見積もりを依頼する際は確認してください。

