

健康

暮らし

福祉

相談

催し・講座

スポーツ

こんなとき	届出に必要な物
職場の健康保険をやめたとき	職場の健康保険をやめた証明書、印鑑
転入したとき	印鑑
転出や転居したとき	国保の保険証、印鑑
職場の健康保険に加入したとき	職場の健康保険証、国保の保険証、印鑑
進学などで転出するとき	国保の保険証、在学証明書(入学前は合格通知書または入学許可書)、在園証明書(施設入所者の場合)、印鑑

4月〜平成26年3月の国民年金保険料は月額1万5千40円になります  
**国民年金保険料前納制度のご利用を**  
 保険料は1年間分または一定期間分をまとめて納めると割り引きになります。4月に送付される納付書に、前納用の納付書もありますのでご利用ください。なお、25年度分の前納期限は4月30日(火)です  
 ※口座振替を希望する方はお問い合わせください  
 ……………  
 詳 苦小牧年金事務所(若草町2丁目)  
 回(36) 6135 市国保課 回(32) 6429

### 国民健康保険からのお知らせ

●国民健康保険への届け出をお忘れなく  
 転勤や就職、入学・進学など異動の季節です。転入したときや職場の健康保険をやめたとき、世帯員に異動があったときなどは、14日以内に手続きをしてください  
 ●職場の健康保険に加入している方、後期高齢者医療制度に加入している方、生活保護を受けている方以外の方は、国民健康保険に加入しなければなりません

4月の献血		
日	時間	場所
2日(火)	10:00~11:45	イオンモール苫小牧
	13:00~16:00	
3日(水)	10:00~13:00	フードD澄川食彩館
	14:15~16:00	
4日(木)	10:00~11:45	イオンモール苫小牧
	13:00~16:00	
8日(月)	10:00~11:30	丸成成田組
	12:15~13:15	植苗病院
	14:30~16:00	緑星の里
17日(水)	9:30~11:45	菱中建設(株)翔友会
	13:30~14:30	つうけん苫小牧支店
	15:00~16:00	王子総合病院附属看護学校
18日(木)	10:00~13:00	ネットヨタ(株)苫小牧本社
	14:30~16:00	カナモト苫小牧営業所
22日(月)	10:00~11:30	NTT東日本-北海道苫小牧支店
	12:00~13:00	苫小牧港管理組合
	14:30~16:00	青葉病院
24日(水)	10:00~13:00	ビッグハウス明徳店
	14:15~16:00	
30日(火)	10:00~13:00	イオンモール苫小牧
	14:15~16:00	
5月1日(水)	10:00~12:30	フードD見山食彩館
	10:00~16:00	フードD沼ノ端食彩館

※日程が変更になる場合があります  
 詳 市献血推進協議会(社会福祉協議会) 回 32-7111  
 市健康支援課 回 32-6407

保険証を手渡す際に本人確認を行うため、顔写真の付いた身分証明書が必要になります。身分証明書がない場合は、保険証を郵送します  
**70〜74歳の方の窓口負担の「1割」継続について**  
 医療機関で受診したときに支払う「2割」の窓口負担は、4月以降も「1割」に据え置かれます(ただし、現役並みの所得者を除きます)。なお、3月下旬に新しい高齢受給者証を郵送しましたが、届かない場合はご連絡ください  
 ……………  
 詳 国保課 回(32) 6418

### 女性団体学習活動を応援します

活動の場が市内で、市民で構成される女性団体の学習活動を援助します  
**対象活動** 女性の能力向上、社会参加、育児、介護、健康、生活環境、職業生活、その他男女平等参画に関すること  
**対象外** 営利を目的とするもの、学校、企業、事業所が行う活動、趣味的な活動および

定期的なサークル活動、宗教、政治的宣伝の意図を有するもの、対象の活動に対し、市から他の補助を受けている団体  
**援助経費** 講師謝礼(市予算の範囲内)  
**申 詳** 実施日の20日前までに、男女平等参画課にある所定の用紙で 男女平等参画課 回(32) 3544  
**新入学(園)期の交通安全旬間**  
**春の全国交通安全運動**  
**新入学(園)期の交通安全旬間** 4月5日(金)〜15日(月)  
**春の全国交通安全運動** 4月6日(土)〜15日(月)  
 ●子どもと高齢者の交通事故防止  
 ●自転車利用者の交通事故防止  
 ●スピードの出し過ぎ防止  
 ●全ての座席のシートベルト・チャイルドシートの正しい着用  
 ●飲酒運転の根絶  
**交通事故死ゼロを目指す日** 4月10日(水)  
**安全安心生活課** 回(32) 6287

広 告