

③ まちきた大通ビル庁舎 ② 北2条仮庁舎 ① 端野総合支所 ④ 桜町仮庁舎  
 ④ 第1分庁舎・第2分庁舎(北4条) 対象 日時 会場 内容 講師  
 定員 申込 他 その他 詳細・問い合わせ先 北見市ホームページをします

## 認知症サポーター養成講座・ 家族介護者交流会

対介護に興味のある方 など  
 内容 認知症についての講話、交流会  
 日 12月13日(木) 14時～15時30分  
 所有 楽ビル1階 喜楽(北2条西5丁目2) 定 20人(先着順)  
 申 12月10日(月)までに高齢者相談支援センター中央 ☎26・0061へ  
 詳 介護福祉課 ☎25・1144

## アクティブな暮らしのはじめ方

健康で生きがいを持ち、アクティブに暮らす住民を増やすことを目的に研修会を開催します。  
 対主 に50代以上でオホーツク管内にお住いの方  
 内基調講演、事例報告、ワークショップ  
 日 12月8日(出) 14時～16時30分  
 所 市民会館 1号室  
 講 NPO法人全国コミュニティライフサポートセンター理事長 池田昌弘さん ◆参加費 無料  
 申 12月6日(木)までに電話で左記へ  
 詳 介護福祉課 ☎25・1144 / 北海道二十世紀総合研究所 ☎011-233-3003



## 国保

### 国民健康保険料の納付相談

やむを得ない事情により保険料の納付が滞り、納付が困難なときは、滞納のままにせず下記「納付相談窓口」まで

ご相談ください。お聞きした生活状況などに合わせて、分割納付にも応じています。

#### ● 被保険者資格証明書について

納期限から1年以上保険料を滞納しているときは、特別な事情を事由として保険料の納付が困難と認められない限り、被保険者証を返還していただき、代わりに「被保険者資格証明書(資格証明書)」を交付しなければなりません。

#### ◆ 資格証明書で病院にかかる場合

医療機関の窓口で資格証明書を提出して診療を受けると、今までと同じ保険診療を受けることができますが、いったん医療費の全額(10割)をお支払いいただくこととなります。

その後、全額お支払いになった領収書を国保医療課または総合支所保健福祉課の窓口にお持ちいただき、「特別療養費」の支給申請により、保険者負担分の7割から9割および医療費助成分を後口支給します。その際には、滞納となっている保険料の納付についてご相談をさせていただきます(領収書がない場合は、申請をすることはできません)。

#### ◆ 納付相談窓口

- 国保医療課 ☎25・1130
- 納税課 ☎25・1116
- 端野総務課 ☎56・2115
- 常呂総務課 ☎(0152)54・2113
- 留辺薬総務課 ☎42・2423
- 国保医療課 ☎25・1130
- 端野保健福祉課 ☎56・2117
- 常呂保健福祉課 ☎(0152)54・2114
- 留辺薬保健福祉課 ☎42・2425

## 年に一度の健康診査はお済みですか？

☎国保医療課 ☎25-1130

「特定健康診査」「後期高齢者医療の健康診査」は、自覚症状のないままに動脈硬化を進める「高血圧」「高血糖」「脂質異常」などの危険因子を見つけ、将来の心筋梗塞や脳卒中などを早期発見・予防する目的で行われます。  
 「歯っぴい健診」は、虫歯や義歯の点検だけでなく、口腔機能の低下の予防や、肺炎などの疾患予防を図る目的で行われます。歯医者にしばらくかかっていない、入れ歯が合わない、飲み込みにくいなどの症状がある方には特にお勧めの健診です！

### ■ 健診の内容など

	特定健康診査	後期高齢者医療の健康診査	後期高齢者医療の歯っぴい健診
対象	北見市国民健康保険に加入している40歳～74歳の方	後期高齢者医療制度に加入している75歳以上の方 (一定障がいのある65歳以上で広域連合の認定を受けた方を含む)	
受診期間	平成31年2月28日まで(診療時間内)		平成31年3月31日まで(診療時間内)
実施場所	指定医療機関(受診券に記載の市内医療機関)		指定歯科医療機関
検査項目	血圧測定、血液検査(脂質、血糖、肝機能、腎機能)、尿検査、身体測定、心電図検査、貧血検査 など	血圧測定、血液検査(脂質、血糖、肝機能、腎機能)、尿検査、身体測定 など	口腔内検査(歯の状態、衛生状態、かみ合わせ、歯周疾患、飲み込みの確認 など)
自己負担	800円	500円	400円
持ち物	①国民健康保険被保険者証 ②受診券(5月末郵送)	①北海道後期高齢者医療被保険者証 ②受診券(5月末郵送)	北海道後期高齢者医療被保険者証
その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>●「受診券」が届いていない、紛失したなどの場合は、お手数ですが上記へお問い合わせください</li> <li>●今年度の特定健診を受けていない方で、新たに北海道後期高齢者医療に加入された方は、お手数ですが上記へお申し込みください</li> <li>※他の医療保険に加入の方は、加入している保険者に直接お問い合わせください</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>●受診券はありません。指定歯科医療機関に予約の上、受診してください</li> <li>●指定歯科医療機関は☎にてご確認いただくか、上記へお問い合わせください</li> </ul>

## 病院等の窓口で支払う 一部負担金の減免制度

災害などで一時的、臨時的に生活が困難になった場合は、事前に申請することで一定期間、病院などの窓口で支払う一部負担金の減免または徴収の猶予が受けられます。

### ■対象となる世帯

- ①震災、風水害、火災などの災害が原因で亡くなられたり、重度の障がいを負ったり、または資産に重大な損害を受けたとき
- ②干ばつ、冷害などによる農作物の不作や不漁などによって収入が著しく減少したとき
- ③事業の休廃止、失業などにより収入が著しく減少したとき

## 12月の献血日程（11月10日現在）

☎北海道赤十字血液センター北見出張所 ☎25-5501



とき	ところ
18日(火)	9:30~12:00 イオン北海道(株)北見店
	13:30~16:30 イオン北見店
19日(水)	9:50~10:20 常呂漁業協同組合
	10:50~11:50 常呂町農業協同組合
	13:30~15:10 北見市常呂総合支所
	15:40~16:10 常呂厚生病院
28日(金)	9:00~12:30 (株)イトーヨーカ堂北見店
	14:00~16:30 光西町 185
29日(土)	9:00~11:30 コープさっぽろみわ店
	13:10~16:30 中央三輪 2丁目 411-1
30日(日)	9:00~11:30 北見メッセ
	13:10~16:30 中央三輪 5丁目 423-5



## 年金

### 民間事業者による国民年金 保険料納付のご案内

日本年金機構では、国民年金保険料

④上記①～③に類する理由があるとき  
※減免（徴収猶予）は、世帯の収入や資産の状況などを調査した上で決定します  
※減免基準、申請方法など詳細はお問い合わせください  
☎国保医療課 ☎25・1130  
☎端野保健福祉課 ☎56・2117  
☎常呂保健福祉課 ☎0157・54・2114  
☎留辺蘂保健福祉課 ☎42・2425

## 官公庁から

### 特設なんでも相談所

人権擁護委員と法務局職員が相談をお受けします。相談無料・申し込み不要・秘密厳守です。お気軽にご相談ください。

- ・北見会場 ☎12月5日(水) / 13時～16時  
☎釧路地方法務局北見支局 2階 会議室
  - ・端野会場 ☎12月6日(木) / 13時～16時  
☎北見市役所端野総合支所 会議室 1
  - ・常呂会場 ☎12月5日(水) / 13時～16時  
☎常呂町公民館 講座室
  - ・留辺蘂会場 ☎12月4日(火) / 13時～16時  
☎北見市はあとふるプラザ B会議室
- ☎釧路地方法務局北見支局 ☎23-6166

### 12月は道税の滞納整理強化月間です

12月は、自動車税、個人事業税や不動産取得税など全ての道税について滞納整理を進め、給与や預貯金などの財産差し押さえを行います。まだ、納税がお済みでない場合には、納税してください。納税には、手続きが簡単で便利な口座振替をご利用ください。

☎北見道税事務所納税課 ☎25-8686

の納め忘れの方に対する、電話や戸別訪問による納付や免除などの申請手続きのご案内を、民間事業者へ委託しています。（平成30年10月から左記名称に変更となりました）

●委託事業者名 アイヴィジット・東洋紙業共同企業体  
☎0570・021・781 / 9時～21時（12月29日(土)～1月3日(水)を除く）

●振り込み詐欺などにご注意  
委託事業者は、日本年金機構が発行した納付書により最寄りの金融機関やコンビニエンスストアでお支払いいただくようご案内します。このため、ATMの操作による振り込みをご案内することはありません。

戸別訪問する場合、顔写真入りの納付特別員証明書（身分証）を提示し、未

納の理由が経済的に困難という方は、年金制度の説明を行った上で、免除等申請手続きのご案内を行います。◎民間委託について詳しい内容は、日本年金機構ホームページで確認できます（<http://www.nenk.go.jp>）  
☎北見年金事務所 ☎25・9635

自治区

暮らし

募集・補助

講座・催し

こども

健康・福祉

国保

年金

官公庁