

国民健康保険証の更新

問 市民課 国保年金班 ☎ 32 - 3032

現在、国保に加入されている皆さんに10月1日から使用する新しい保険証を9月下旬に送付します。保険証は特定記録郵便で、世帯の全員分を世帯主の方宛てに送付します。

医療機関にかかる方は次のことを必ず守るようにしてください。

- ① 10月1日以降に通院または入院される（している）方は、必ず有効期限を確認して新しい保険証を医療機関の窓口提示してください。
- ② 70～74歳の方には負担割合を表すものとして、7月に高齢受給者証を交付していますので、保険証と一緒に医療機関の窓口提示してください。
- ③ 長期にわたって通院している方は、月の初めに必ず保険証を医療機関の窓口提示してください。
- ④ 今回お送りする保険証は令和7年9月30日まで使用できます。保険証の新規発行または再発行は12月1日をもって終了しますが、代わりに「資格確認書」が交付されます。

《ジェネリック医薬品について》

ジェネリック医薬品は、最初に作られた薬（新薬）の特許終了後に、主成分・効果・効能が同じ医薬品として申請され、厚生労働省の認可のもとで製造・販売された、新薬より安価な薬です。ジェネリック医薬品を利用するときは、調剤薬局などで薬剤師さんに相談してみましょう。また、病院内で薬をもらう場合は、お医者さんにジェネリック医薬品に変更可能かどうか相談してみましょう。ジェネリック医薬品へ切り替えることにより、窓口で支払う自己負担額の軽減および保険税等の負担軽減となり、医療制度を持続させることにつながります。

今年度最後のチャンス！ ～各種健（検）診を受けましょう～

問 仁賀保保健センター ☎ 32 - 3000

今年度最後のがん検診を下記のとおり実施します。集団検診を受診できなかった方や申し込んでいなかったけれど受けたい方など、ぜひ受診してください。

▷ 予約方法 仁賀保保健センターへ電話で予約

期 日	会 場	受付時間	がん検診の種類
10月 2日(水)	金浦保健センター	①7:00 ②7:15 ③7:30 ④7:45 ⑤8:00 ⑥8:15 ⑦8:30 ⑧8:45 ⑨9:00 ⑩9:15	胃がん
3日(木)	象潟保健センター	⑪9:30 ⑫9:45 ※時間選択	
9日(水)	金浦保健センター	12:00～13:00	乳がん、子宮頸がん
23日(水)	スマイル	9:30～10:30	肺がん、大腸がん、 前立腺がん、C型肝炎
26日(土)	象潟保健センター		

※年齢や性別により受診できない検診もあります。内容や料金については申し込み時に確認ください。

介護予防ボランティア活動ポイント・参加ポイント

問 地域包括支援センター ☎ 32 - 3045

高齢者の皆さんの介護予防活動やボランティア活動を支援する事業です。地域包括支援センターが開催する事業でボランティア活動を行ったり、自らが介護予防教室に参加することで「ポイント」を貯め、地域共通商品券に交換できます。

《利用の流れ》

- ▷ 登録方法 本人の申し出により申請書を提出。「ポイントカード」を交付します。
- ▷ 活動場所 地域包括支援センターが実施する介護予防教室等への参加、または介護予防教室や集落サロン等でのボランティア活動。
- ▷ ポイント付与 参加や活動に応じて、ポイントカードにはんこをもらいます。
- ▷ 報 告 10ポイント貯まったら地域包括支援センターに「ポイントカード」を提出。後日、1,000円分の地域共通商品券をお渡しします。（年間上限10ポイント・1,000円分まで）

《利用対象者》

65歳以上の方（一部の事業については、地域包括支援センターが実施する介護予防ボランティア講習会を受講し、名簿登録されている方）

※申請は随時受け付けていますが、ポイント付与は令和7年3月31日までに終わる事業に限りますので、早めの申請をお願いします。詳しくは地域包括支援センターまで問い合わせください。



国民年金

問 本荘年金事務所 ☎ 24 - 1111
市民課 国保年金班 ☎ 32 - 3032

国民年金の保険料

自営業の方や学生などの第1号被保険者は、日本年金機構から送付される納付書により保険料を納めます。令和6年度の保険料は月額^{*}16,980円です。納期限までに毎月納付する方法もありますが、「口座振替」や「前納」の制度を利用すると、保険料を納め忘れることがなく割引制度もあるため、とてもお得です。※保険料額は年度ごとに変動します。

保険料の納め忘れがあると、将来受け取る老齢年金の額が少なくなったり、万一のときに障害基礎年金や遺族基礎年金を受け取れなくなったりすることがあります。

【口座振替】

口座振替で納付すると手間がかからず、納め忘れを防ぐこともできます。申し込みは、口座振替納付（変更）申出書兼還付金振込方法（変更）申出書に必要事項を記入して、お近くの年金事務所、市役所窓口または金融機関窓口へ提出してください。

【前納】

まとめて前払いすると保険料が割り引きされる「前納」制度があります。割引率は、納付方法やまとめる期間によって異なります。いちばん割引率の高い「口座振替」の「2年前納」を利用すると、毎月納付する場合に比べて、2年間で16,590円の割り引きになります。その他、納付書やクレジットカードによる納付でも前納ができます。また、「1年前納」や「半年前納」も利用できます。前納の申込期限は、納付方法や開始時期により異なります。

口座振替またはクレジットカードによる4月からの前納を希望する場合は、2月末日までに年金事務所または市役所に申し込みください。

【10月1日】にかほ市市制施行記念日～施設等を一部無料開放します～

問 総務課 ☎ 43 - 7507

平成17年10月1日に誕生した「にかほ市」は、今年で19年目を迎えます。市制施行を記念し、次のとおり施設等を一部無料開放します。

▷ 入館料無料対象施設

・フェライト子ども科学館・齋藤宇一郎記念館（仁賀保勤労青少年ホーム展示室）・白瀬南極探検隊記念館・象潟郷土資料館

▷ 入浴料無料対象施設

・午ノ浜温泉

▷ コミュニティバス

・全線無料

※象潟B&G海洋センター、鶴泉荘は休館日です。



市営住宅等入居者募集

問 建設課 ☎ 38 - 4307

▷ 申込 申請書に必要な書類（申請者・同居人の所得・納税証明書、住民票謄本等）を添付して提出

▷ 申込期限 9月30日(月)

▷ 家賃 14,000円～55,000円（入居する住宅や世帯収入・人数によって変動）

▷ 敷金 決定した家賃の3カ月分

※入居資格等の詳細は問い合わせください。

市営住宅松ヶ丘（象潟：鉄筋3階） 18戸

H 5年築…2LDK 1階2戸
2階1戸
3階3戸

H 6年築…2LDK 1階1戸
H 7年築…2LDK 1階1戸
2階1戸
3階1戸

H 8年築…2LDK 1階1戸
3階2戸
H 10年築…1LDK 3階1戸
2LDK 3階2戸
H 14年築…2LDK 3階1戸
H 20年築…1LDK 2階1戸

市営住宅建石（象潟：鉄筋3階） 19戸

S 53年築…2LDK 1階2戸
2階2戸
3階3戸
S 55年築…2LDK 2階2戸
3階1戸

S 56年築…2LDK 1階1戸
3階3戸
S 57年築…2LDK 3階2戸
S 59年築…2LDK 2階2戸
3階1戸

特定住宅つばき（仁賀保：木造2階） 1戸

H 7年築…4LDK 1戸

7月豪雨による家屋への浸水被害の確認をおすすめします

災害復旧関連

問 防災課 ☎ 43 - 7504

床下浸水のあった家屋では、泥の流入や床下の建材（断熱材等）に水が残り、カビ・異臭等の原因となる場合があります。また、断熱材等を通じて水が壁の内側に回り、壁面からカビが発生する場合があります。7月下旬の豪雨による浸水被害に心当たりの方は、家屋の確認をおすすめします。

罹災証明書の発行（災害発生から原則3カ月以内）や税の減免、その他の問い合わせについては、『広報にかほ』9月1日号や市HPをご覧ください。

