

国保医療課からの お知らせです



国民健康保険

高齢受給者証の更新

70歳以上75歳未満の国民健康保険被保険者に交付している「国民

健康保険高齢受給者証」の有効期限は7月31日です。8月からの新しい国民健康保険高齢受給者証は、7月31日までに郵送します。届いたら記載事項を確認してください。

後期高齢者医療 被保険者証の更新

75歳以上の方および65歳以上で障がい認定を受けて後期高齢者医療制度に加入している方に交付している「後期高齢者医療被保険者証(保険証)」の有効期限は7月31日です。8月からの新しい保険証は、7月31日までに郵送します。届いたら記載事項を確認してください。

※保険証の見本を左上に掲載

医療費受給者証の更新

乳幼児、重度心身障がい者、ひとり親家庭、寡婦などの医療費助成の受給者に交付している「医療費受給者証(受給者証)」の有効期限は7月31日です。

市では、所得などを確認し、引き続き該当する方に8月からの新しい受給者証を7月31日までに郵送します。届いたら記載事項を確認してください。

後期高齢者医療保険料

本年度の後期高齢者医療保険料の決定通知書と納入通知書を7月中旬に郵送します。保険料は、原則、年金からの天引き(特別徴収)です。ただし、受給している年金額などによって特別徴収ができない方は、口座振替や納付書による支払い(普通徴収)となります。年度の途中で徴収方法が変更となる場合がありますので、保険料の納め方については、送付する納入通知書をご覧ください。

なお、納付書払いについては、本

【問い合わせ】

本庁国保医療課(☎24・211
1内線536)、各総合支所国
保こども係(大迫☎48・211
1内線144、石鳥谷☎45・2
111内線228、東和☎42・
2111内線221)

後期高齢者医療被保険者証(見本)

後期高齢者医療被保険者証	
有効期限	
被保険者番号	見本
住所	
氏名	
生年月日	
資格取得年月日	
発効期日	
交付年月日	
一部負担金の割合	
保険者番号並びに保険者の名称及び印	岩手県後期高齢者医療広域連合 見本

詩人と美術 瀧口修造の シュルレアリスム展

瀧口修造は鋭い審美眼の美術評論家として、またシュルレアリスム(超現実主義)の紹介者として知られています。

詩作からシュルレアリスム、そして、美術批評へと踏み込んでいく歩みを、さまざまな画家の作品と併せて紹介します。

▽日時 7月13日(土)～9月23日(月・祝)、午前8時30分～午後5時
※月曜日休館(祝日の場合は翌日休館)
▽会場 萬鉄五郎記念美術館

▽料金 大人600円、大学・高校生350円、小・中学生250円
※20人以上の団体は各50円引き
▽問い合わせ 萬鉄五郎記念美術館(☎42・4402)



瀧口修造「私の心臓は時を刻む」より「わたしにさわってはいけない」1962年 ティカルコマニール 富山県立近代美術館所蔵

■関連イベント(参加無料)

- 講演会(申し込み不要です)
 - ①瀧口修造の眼差し
【日時】7月28日(日)、午後2時
【会場】萬鉄五郎記念美術館
【講師】吉増 剛造 さん
 - ②瀧口修造の「北」
—震災・貝殻・シュルレアリスム—
【日時】9月8日(日)、午後2時
【会場】萬鉄五郎記念美術館
【講師】巖谷 國士 さん

- ワークショップ(申し込みが必要です)
デカルコマニー(二つ折りにした紙の間に絵の具を挟んで転写し、偶然の形を楽しむ技法)の作品とそれを表現する詩をつくります。
【日時】8月4日(日)、午後1時30分～3時30分
【会場】萬鉄五郎記念美術館
【対象】小学生以上
【定員】20人(先着順)
【申込期限】7月30日(火)
【申し込み先】萬鉄五郎記念美術館

食中毒を予防しましょう!

食中毒は、毎日食べている家庭での食事でも発生しています。普段、当たり前に行っていることが、思わぬ食中毒を引き起こすことがあります。

食中毒は、1年を通して発生していますが、細菌性の食中毒は、高温多湿になる7月から9月にかけて多く発生しますので、これからの時期は特に注意が必要です。症状が現れるまでの期間は、細菌の種類によって異なりますが、一般的に1～10日ぐらいです。主な症状は、下痢・嘔吐・吐き気で、その他に腹痛・発熱・頭痛などの風邪のような症状が出ることもあります。

感染を防ぐには、次の三つのポイントを守ることが大切です。日常生活の中で、実践して食中毒を予防しましょう。



①細菌を付けない

調理前、食事の前、生の肉や魚を触った後、トイレに行った後などはしっかりと手を洗いましょう。肉や魚と生野菜の調理器具を分けるなど清潔に保ちましょう。

②細菌を増やさない

細菌の多くは夏場などの高温多湿な環境で増殖します。食べ物に付着した菌を増やさないためには、購入後、できるだけ早く冷蔵庫で保管することが大切です。

③細菌をやっつける

多くの細菌は、加熱によって死滅します。食品の中心部を75℃で1分間以上加熱することが有効です。ただし、熱に強い細菌もありますので注意が必要です。

【問い合わせ】健康づくり課(☎23-3121)