国民健康保険に加入の皆さんへ

国民健康保険限度額適用・標準負担額減額認定証

申請をお忘れなく!

高額な診療を受けたとき、「限度額認定証」を提示することにより、一カ月の医療機関ごとの窓口での支払いを自己負担限度額でとどめることができます。

認定証が必要な方は、下記へ申請をお願いします。

すでに認定証をお持ちの方も有効期限が7月31日となっていますので、引き続き必要な場合は、改めて申請してください。

申請は8月1日から受け付けます。

なお、申請されても保険税の未納がある場合は、交付を受けられない場合がありますのでご注意ください。

○申請場所

保険年金課または旧支所である土山、甲賀大原、甲南第一、信楽地域市民センター

○持参するもの

- 保険証
- 課税証明書（平成28年1月1日に甲賀市に住所のない方）

■70歳から74歳までの方は、高齢受給者証で所得区分の確認ができるため、**住民税非課税世帯の方のみ**「限度額適用・標準負担額減額認定証」の申請が必要です。

国民健康保険高齢受給者証を更新します

70歳から74歳までの方に交付されている高齢受給者証の有効期限が7月31日となっています。

8月1日からお使いいただく新しい受給者証を7月中旬に普通郵便でお届けしますので、お手元に届きましたら、お名前等間違いがないか確認の上、大切に保管してください。

また、医療機関を受診される際は、今回お届けする受給者証と保険証を一緒に、必ず窓口へ提示いただくようお願いします。

問い合わせ
保険年金課　国保年金係　☎65-0688／FAX63-4618

後期高齢者医療保険に加入の皆さんへ

8月1日から有効の新しい被保険者証をお送りします。

被保険者証は簡易書留郵便で7月中旬に発送します。

現在お使いのびわ色の被保険者証は、7月31日をもって有効期限が切れます。

8月1日からは使えません。

8月以降に医療機関等で提示される際は、お間違えのないよう十分ご注意ください。

※新しい被保険者証はうぐいす色です。

問い合わせ
保険年金課　後期高齢者医療係　☎65-0689／FAX63-4618

甲賀の國づくりプロジェクト
―甲賀流まち・ひと・しごと創生総合戦略―

甲賀流の子育て支援
～第3子以降の保育料無料化～

多子世帯に対する経済的負担を軽減し、少子化対策を進めるため、平成28年4月から第3子以降の保育料が無料となる範囲を拡大しました。

従来
保育園等に通う園児の兄・姉が、2人以上同時に在園している場合、3人目以降の保育料が無料

加えて

平成28年4月～
年収約470万円未満相当の世帯において、保護者と生計を一にする園児の兄・姉がいる場合、その兄・姉の年齢に関係なく、3人目以降の園児の保育料が無料

（例）

※保育園等に通う園児がいる世帯のうち、対象となり得る世帯には、7月中に通知を送付する予定です。

問い合わせ
こども未来課　管理係　☎86-8179／FAX86-8380

予防しましょう 熱中症

今年の夏も猛暑となることが予想されており、熱中症にかかるリスクが高まります。昨年県内では、5月から9月の間に約670人が熱中症で救急搬送されています。熱中症は気温だけでなく、人の体調や暑さへの慣れなども影響して起こります。また屋外だけでなく、室内でも高温・多湿になれば発症する危険があります。熱中症について正しく理解し、予防しましょう。

次のような人は特に注意しましょう

■幼児
- 特徴
  - 体温調整機能が未発達
  - 道路の照り返しの熱に影響を受けやすい
- 予防策
  - 短時間でも自動車の中に子どもを残して離れない
  - 十分な水分補給と衣服の調整をする
  - ベビーカーには日よけをつける（日よけをつけていても照り返しは受けるので、特に注意する）

■高齢者
- 特徴
  - 暑さを感じにくく、体温調節や発汗機能が低下する
- 予防策
  - 常に水を手元に置き、定期的に口にする（特に寝る前にも水を飲む）
  - 室内では温度計、湿度計を見て、こまめに空調を調整する（目安として、室温が28℃、湿度が70％を超えたらエアコンや扇風機等で調整を）

■屋外労働者
- 特徴
  - 高温、多湿な環境時での作業は体温が上昇しやすい
- 予防策
  - 濡らしたタオルや冷却剤などを使って体温を下げる工夫をする
  - こまめな水分補給と適度な休憩をとる

特に幼児や高齢者は暑い時間帯（11時～14時頃）の外出を避けるようにしましょう。

次のような症状が出たときは熱中症を疑いましょう

- 軽度…めまい、立ちくらみ、筋肉痛、汗がとまらない、など
- 中度…頭痛、吐き気、体がだるい、体に力が入らない、など
- 重度…意識がない、けいれん、高い体温、呼びかけに反応しない、まっすぐ歩けない・走れない、など

言葉が話せない赤ちゃんは…
顔色（赤い、青い）や汗（多い、少ない）のかき方などいつもと違う様子のときは注意をしましょう。

熱中症の応急処置は…??

①涼しい場所へ移動し、安静に寝かせる
②衣服を緩めてうちわなどで風をあて、体を冷やす
③水分・塩分を補給する

呼びかけに反応しない、自力で水分が摂取できないなど症状が改善しない場合はすぐに救急車を呼びましょう。

冷たい甲賀市産のお茶をご用意しています
～全地域市民センター～

市では、市内の23地域市民センターで、熱中症予防のために、8月末までの間、冷たいお茶をご用意しています。お散歩の途中など、お気軽にお立ち寄りください。