

国民健康保険 高額療養費支給申請

市健康増進課では、国民健康保険高額療養費の支給対象者に、受診された月から約3ヶ月後に申請の案内通知（ハガキ）を送付しています。

通知を受け取った方は、同案内通知（ハガキ）・被保険者証・印鑑・受診された医療機関の領収書（該当月分）をご持参のうえ、市健康増進課（市役所1階⑤番窓口）へ申請してください。

70歳未満の方で税金の確定申告（医療費控除）を行う場合は、確定申告で領収書を提出する前に高額療養費の支給申請を行ってください。

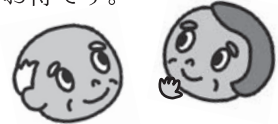
【お問い合わせ先】

市健康増進課国保担当（市役所1階⑤番窓口）
TEL 32・2113 / FAX 35・0173

国民年金保険料の納付は 口座振替が便利でお得！

口座振替を利用されますと、納めに行く手間が省けるうえ、納め忘れもなく安心です。

また、口座振替には、当月分保険料を当月末に引き落とすことで月々50円割引される早割や、現金での前納よりも割引額が多い6ヶ月前納や1年前納があり、大変お得です。



【申込方法】

納付書または年金手帳、通帳、金融機関届出印をご持参のうえ、ご希望の金融機関または徳島南年金事務所までお申し込みください。

※1年前納および4月から口座振替による6ヶ月前納を希望される方は、2月末までにお申し込みください。

【お問い合わせ先】

徳島南年金事務所（☎088・652・3114）

子どもがよろこぶ 野菜たっぷりメニュー ヘルシークッキング講座



講座当日は託児を行いますので、お子さま同伴で参加できます。参加ご希望の方は、市保健センター（☎32・3551または☎32・2500）までお申し込みください。 **受講料無料**

【対象者】4歳から就学前のお子様の保護者

【募集人数】保護者25名（先着順）

ヘルシークッキング講座

【日時】3月7日(木)13:00~13:30 受付
(16:00終了予定)

【場所】市保健センター（小松島町新港9-10）

【内容】

- ★保健師・管理栄養士より子どもの身体と食事の話（30分程度）
- ★野菜たっぷりメニューの調理実習と試食（保護者のみ）
- ★お子さまの身体計測（希望者のみ）

2種混合（ジフテリア・破傷風） 予防接種のお知らせ

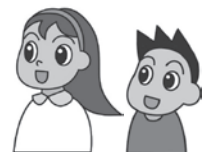
2種混合予防接種は、乳幼児期に接種した3種混合予防接種の2期として1回接種します。該当年齢で未接種の方は、お早めに接種してください。

【該当者】小学6年生以上で

13歳の誕生日の前々日までの者
※小学6年生の4月に郵送している個人通知で実施医療機関などを確認し、電話予約をしてください。

【料金】無料

※該当年齢を過ぎた場合は、全額自己負担（約5千円）となります。



【お問い合わせ先】

市保健センター（小松島町新港9-10）
TEL 32・3551
FAX 32・4145