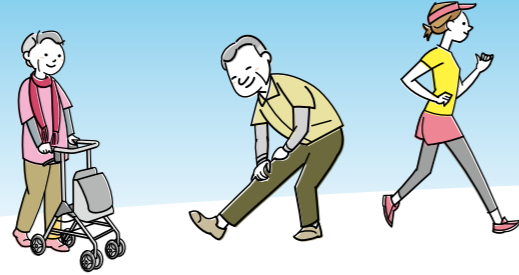
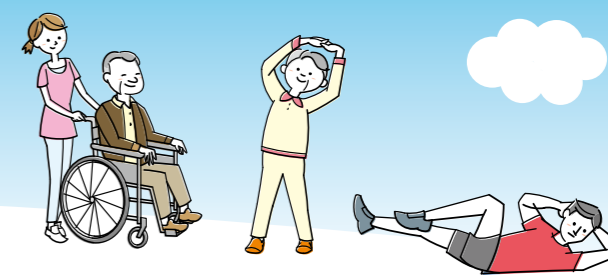


# 健康



# いいカラダ



## 食のさんぽ道

安芸高田市食生活改善推進協議会  
健康長寿課 栄養士

毎月19日は  
食育の日

### 安芸高田市食生活改善推進協議会 活動報告

ゆめタウン吉田店において、野菜摂取向上を目的に、8月31日を「野菜の日」として、野菜たっぷりカレースープの試飲、小松菜入り蒸しパンの試食、野菜350g計量体験などを行い、野菜摂取の大切さや効果を啓発しました。カレースープは、巡回型健康教室でも試食を行っていますので、そちらでもぜひご参加いただき、味わってみてください。



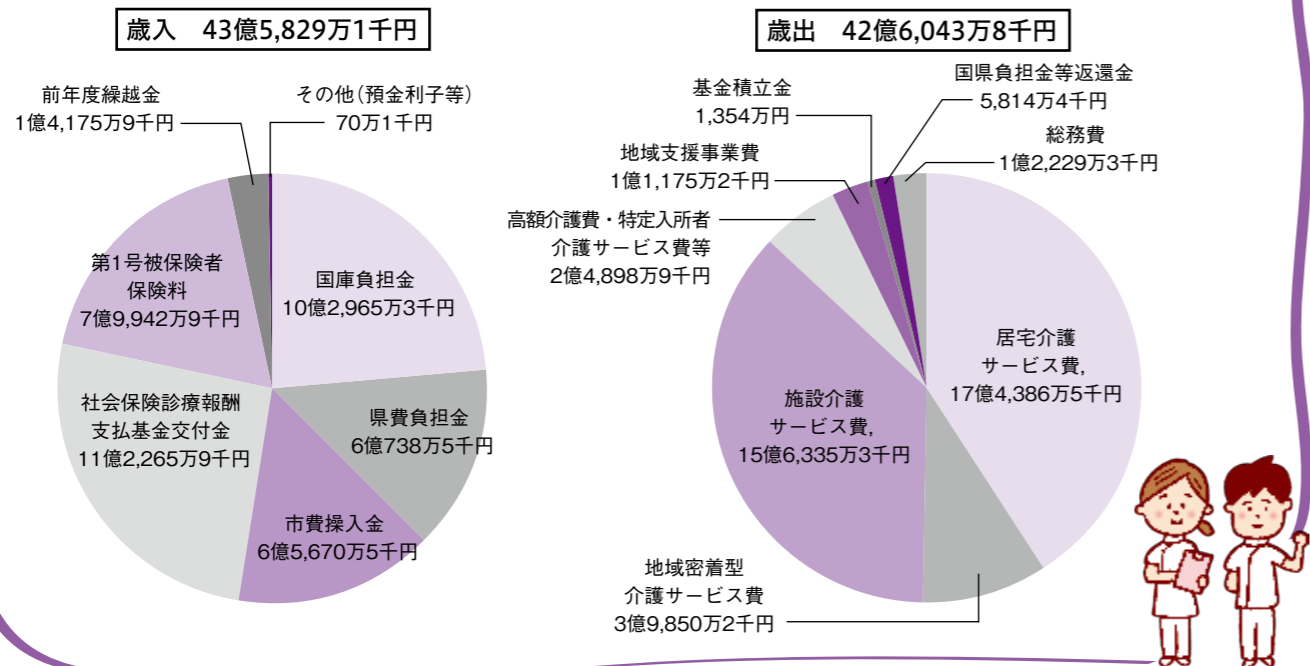
参加者アンケート結果より 1日の野菜目標摂取量は350gに対し、ご自身が食べている量はいかがですか?の問いに、過半数の方が少ないと回答されました。『毎日プラス1皿の野菜』を意識して、野菜をたくさん食べるようにしましょう。



# いきいき介護

## vol.7 平成28年度 安芸高田市介護保険特別会計決算

平成28年度安芸高田市介護保険特別会計の決算が確定しました。歳入総額は43億5,829万1千円で、対前年度比1.3%減、歳出総額は42億6,043万8千円で、対前年度比0.4%減となりました。なお、歳入と歳出の差額(9,785万3千円)は、国・県・一般会計への返還金に充てられるほか、介護給付費準備基金に積み立てられます。



## 国保 だより



### 資格喪失後に受診された場合の返還手続き

右の場合は安芸高田市の国民健康保険証(安芸高田市国保)で医療機関等を受診することができません。誤って安芸高田市国保で受診された場合は不当利得となり、国保が医療機関等に支払った医療給付費(7割から9割)を返還していただくこととなりますのでご注意ください。

安芸高田市国保で受診できない方

お勤め先又は家族の  
社会保険へ変更している

他の市町村へ転出している

### ●国保への返還方法

返還をしていただく方には、市からお知らせと納付書が届きます。納期限までに納付書に記載された金融機関、各支所又は本庁でお支払ください。

### ●社会保険等への請求方法

返還金を納付された後、診療報酬明細書(安芸高田市交付)と返還金の領収書(原本)を用意して、受診時に加入されていた社会保険等に請求してください。

### 保険証は正しく使用しましょう

社会保険等加入手続き中等で新しい保険証が交付されるまでに医療機関等を受診される時は、勤務先の担当者にご相談ください。また、保険が変更になったことを受診される医療機関等にお伝えください。

社会保険等に加入されましたら、次のものをそろえて、お早めに国民健康保険の資格喪失手続きを行ってください。

- ①国民健康保険証
- ②新たに加入された社会保険等の保険証
- ③認印 ④マイナンバーカード又は通知カード

❶ 喪失手続きをされないと国民健康保険税も課税されたままになりますのでご注意ください。

平成29年7月診療分一人当たり医療費(単位円)	安芸高田市			順位
	全被保険者	26,848	県平均 26,950	
(※県内順位・・・県内23市町で医療費が高い順)				14

【お問い合わせ先】 保険医療課 (電話・お太助フォン) ☎42-5619 (8:30~17:15 土日祝は除く)

## 断酒会

自分や家族のお酒の問題で悩んでいませんか?  
お気軽にご相談ください。

場所・日時

ふれあいプラザ向原 11月3日(金) 18:30~20:30

吉田人權会館 11月10日(金) 18:30~20:30

お問い合せ 広島断酒ふたば会(中田克宣) 11月19日(日) 13:30~15:30

☎090-4802-1865 11月27日(月) 18:30~20:30