

## ご存じですか？高額医療・高額介護合算制度

問 国民健康保険＝医療保険課（市役所1階9番窓口）☎ 32-2071、後期高齢者医療制度＝医療保険課（市役所1階8番窓口）☎ 32-2073、介護保険＝高齢介護課（市役所1階11番窓口）☎ 32-2070

1年間に支払った医療保険と介護保険の自己負担額の合計が一定の額（自己負担限度額）を超えた場合、超えた金額が支給されます。自己負担限度額は、住民税の課税状況などにより異なります。

**対象期間** 令和4年8月1日～令和5年7月31日  
**申請先** 令和5年7月31日時点で加入している医療保険の窓口

※対象期間中に加入する医療保険が変わった世帯員がいる場合は、変更前の医療保険が発行する自己負担額証明書が必要です

\*同じ保険に加入する人の年間の合計額

|                         |                |
|-------------------------|----------------|
| 医療保険の自己負担額 (*)          | 介護保険の自己負担額 (*) |
| 同じ保険に加入する人の自己負担限度額 (年間) |                |
| 限度額を越えた金額 <b>支給</b>     |                |

### 申請方法

#### ■国民健康保険、後期高齢者医療制度の加入者

2月中に、医療保険課または岡山県後期高齢者医療広域連合から、申請の案内を送ります。

**申請先** 医療保険課または各支所・出張所

#### ■その他の医療保険の加入者

申請方法は、加入している医療保険の窓口にお尋ねください。

※介護保険の自己負担額証明書が必要な場合があります。詳しくは、高齢介護課または各支所・出張所にご相談ください

## 受診しましょう 健康診査・がん検診

問 健康増進課 ☎ 32-7009 (予約専用)

津山すこやか・こどもセンターで、令和5年度最後の集団健（検）診を行います。

必ず事前に、電話またはインターネットで申し込んでください。定員になり次第、終了します。



### 2月の集団健（検）診

| 内容   | とき   |
|--|--|
| 健康診査、がん検診（胃〈胃部エックス線検査のみ〉、結核・肺、大腸、前立腺）、肝炎ウイルス検診 | 15日(木)・17日(土)午前8時～10時<br>16日(金)午前8時～10時、午後1時～3時<br>※胃がん検診は午前のみ |
| 乳がん検診（マンモグラフィのみ）、子宮頸がん検診                       | 15日(木)・17日(土)午後1時～3時<br>16日(金)午後1時～3時                          |

## 高齢者肺炎球菌 予防接種費用の助成

問 健康増進課（津山すこやか・こどもセンター内）☎ 32-2069

**対象** 次のどちらかに該当する人

- 令和5年4月2日～令和6年4月1日に65、70、75、80、85、90、95、100歳になる人で、市が実施する定期接種と任意の助成を受けていない人
- 60～64歳で、心臓、腎臓、呼吸器などに日常生活が極度に制限される程度の障害（障害認定1級相当）のある人

**自己負担額** 5,300円  
**接種回数** 1回  
**接種期限** 3月31日(日)

※住民税非課税世帯の人と生活保護を受給している人は、自己負担額の減免制度があります。接種前に、健康増進課または各支所・出張所に申請してください

## 育児を応援する会員募集！

# 津山ファミリー・サポート・センター（ファミ・サポ）

問 津山ファミリー・サポート・センター（津山男女共同参画センター「さん・さん」内）  
：アルネ・津山5階 ☎ 31-8753（火曜日・祝日は休館）

ファミ・サポは、子育てを手伝ってほしい「依頼会員」と、手伝える「提供会員」が助け合う、有償のボランティア活動です。どちらも兼ねる両方会員もいます。詳しくは、市ホームページをご覧ください。



### 提供会員募集中！

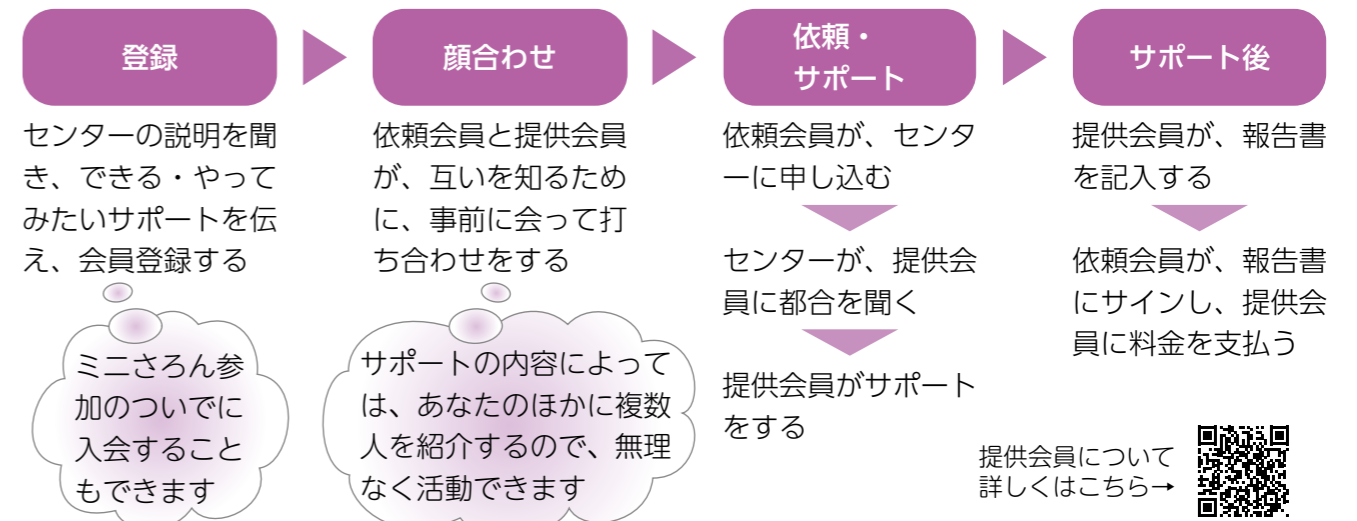
#### どんなサポートをするの？

- 子どもの学校行事の時に、年下のきょうだいを預かる
- 保護者の病気や急用時に子どもを預かる
- 産前産後の保護者の子どもの送迎や預かり
- 保育園などへの送迎 など

無理なくできる  
サポートで  
OK！



#### どんな流れで活動するの？



ファミ・サポの支援は、あくまで一時的・補助的なものです。長時間の預かりや毎日の送迎は、対応できない場合があります。

### お気軽に「ミニさろん」へ！

ファミ・サポでは、子育て中の人々が気軽に立ち寄って、楽しく話したり相談したりできるミニさろんを開催しています。

子育て中の親子はもちろん、ファミ・サポの活動に興味がある人も、ぜひお越しください。

**とき** 毎月第4水曜日午前10時30分～正午

**ところ** 「さん・さん」の和室

※予約は不要です



先輩提供会員が待っているから安心！

時間内なら、いつ来ていつ帰っても大丈夫！