

# 健康保険証の新規発行が終了になります

12月2日からマイナ保険証を基本とする仕組みに変わります。

現在お使いの健康保険証は、国民健康保険加入の方は令和7年9月30日まで、後期高齢者医療制度加入の方は令和7年7月31日まで、引き

続きお使いいただけます。

加入(新規)・更新時などは、マイナ保険証をお持ちの方には「資格情報のお知らせ」を、お持ちでない方には「資格確認書」を交付します。

後期高齢者医療制度加入の方は、暫定的に令

和7年7月31日まではマイナ保険証の保有状況に関わらず「資格確認書」を交付します。

☎1001979 国民年金課 [国民健康保険について = ☎(338)6824、後期高齢者医療制度について = ☎(338)6807]

## 国民健康保険・後期高齢者医療制度からのお知らせ

### お早めに！ 多摩市国民健康保険特定健康診査・後期高齢者健康診査

**健診期間** 令和7年1月31日(金)まで 対40歳以上の多摩市国民健康保険被保険者、後期高齢者医療制度被保険者 **持ち物** 保険の資格が確認できるもの(健康保険証、マイナンバーカードなど)、受診券(ない場合は要再発行) **受診方法** 医療機関を選び、電話で予約(土・日曜日に実施している医療機関あり。詳細は、受診券に同封の案内または公式ホームページ参照。一部医療機関は予約不要) **特定健康診査** = 1010300、後期高齢者健康診査 = 1010279

**総合健康診査(人間ドック)の費用を助成します** 被保険者の方が、保険医療機関で総合健康診

査(人間ドック)を受診し、申請条件を満たした場合、受診料の半額(年度に1回、助成上限額10,000円)を助成します。

**備考** 申請は受診日の翌日から2年以内。特定健康診査・後期高齢者健康診査との併用不可(当該年度に上記健診を受けた方は人間ドック料助成制度の申請不可) **国民健康保険** = 1002023、後期高齢者医療制度 = 1002066

**条件に該当した方に2,000円分の謝礼を贈呈!**

多摩市国民健康保険に令和6年4月1日から引き続き加入し、その他条件を満たした方で、職場などでの健診結果を提供していただいた場合、2,000円相当の謝礼を贈呈する多摩市国民健康保険健診結果提供促進事業を実施しています。

**備考** 詳細は、公式ホームページ参照または要問い合わせ ☎1002030

### 多摩市国民健康保険医療費通知の発行には申請が必要です

多摩市国民健康保険は、申請した方に、医療費通知(各医療機関で受けた費用などを記載)を発行しています。

**多摩市国民健康保険被保険者発行時期** 令和2年11月~令和5年10月受診分=随時、令和5年11月~令和6年10月受診分=令和7年1月下旬以降 [申請から発行までは2週間程度。各1年分(11月~翌年10月分)をまとめて発行] **備考** 詳細は、公式ホームページ参照または要問い合わせ ☎1001983

**国民年金課** [多摩市国民健康保険に加入の方 = 国保担当 ☎(338)6824、後期高齢者医療制度に加入の方 = 後期高齢者医療担当 ☎(338)6807]、社会保険に加入の方 = 加入先の医療保険者

## 市民のひろば

12月20日号の原稿受け付けは11月11日(月)~18日(月)です(先着30団体)。掲載には条件あり(掲載規定参照)。掲載規定・掲載用紙は公式ホームページに掲載の他、市役所3階秘書広報課、聖蹟桜ヶ丘駅・多摩センター駅各出張所、永山公民館で配布 ☎1005206

### 会員募集

※場所は、主な活動場所です **TAMA太極拳** 毎週月曜日10:00~12:00 場 二幸産業・NSP健幸福祉プラザ 対60歳以上の市内在住者 ¥入会金(1,000円)、月会費(2,000円) **備考** 場名時太極拳と気功を中心に活動しています ☎(389)0458 遠藤

**有朋テニスクラブ** ①火・木曜日10:00~18:00 ②土曜日12:00~16:00 ③日曜日・祝日13:00~17:00 場 ①②多摩東公園 ③鶴牧中学校 対50歳以上 ¥入会金(3,000円)、年会費(12,000円) **備考** ゲーム中心 ☎080(3126)5849 石井公一 **太極拳華葉会** 毎週火曜日9:30~11:30 場 武道館 初心者・未経験者歓迎 ¥入会金(無料)、月会費(2,000円) **備考** 見学・体験入会大歓迎。11月9日武道館で公演あり ☎090(6317)7493 奥澤

**抒情歌100曲歌う会** 毎月第2・4水曜日14:00~16:00 場 関・一つむぎ館 対歌が好きな方など ¥入会金(無料)、月会費(2,500円) **備考** 9月開講。ピアノ

に合わせてメロディーをご一緒に ☎(371)6315 宮林

**関戸絵手紙の会** 毎月第3木曜日13:30~16:00 場 関戸公民館ワークショップルーム・創作室 対老若男女どなたでも ¥入会金(無料)、月会費(1,000円) **備考** ヘタでいいヘタがいい絵手紙で人生を楽しみませんか ☎(373)2313 平田久子

**多摩シニア(健康スローピッチソフトボール)** 毎週土曜日8:30~10:30 場 豊ヶ丘小学校 対55歳以上の方 ¥入会金(無料)、年会費(5,000円) **備考** 野球・ソフトボール好きな方大歓迎 ☎080(8742)2038 久保田

**ヨガグループ「ジャスミン」** 毎週土曜日10:00~11:30 場 総合体育館第5スポーツホール 対どなたでも ¥入会金(1,000円)、月会費(2,000円) **備考** 体験あり ☎(373)2569 柁渕

### 催し案内

**第46回多摩写游会写真展** 11/6(水)~15(金)10:00(初日13:00)~17:00(最終日15:00) 場 TOM HOUSE 展示ホール ¥無料 **備考** 多摩写游会 ☎070(2171)0665 清水 **リヴィエール・ド・ピエール 第四回演奏会** 11/8(金)19:00~20:30 場 関戸公民館ヴィータホール ¥一般500円、多摩市民無料 **備考** 木管アンサンブルドピエール ☎080(8890)5033 町田

**多摩市茶道連盟 月釜へのお誘い** 11/10、令和7年2/9、3/9、各日曜日10:00~15:00 場 関戸公民館茶室 ¥各800円 **備考** 茶室で出会う、日本文化のゆたかな

ひととき ☎多摩市茶道連盟 ☎(375)7005 小西

**第22回水彩画スケッチ展** 11/11(月)~17(日)10:00(初日12:00)~17:00 場 関戸公民館ギャラリー ¥無料 **備考** 多摩地域近隣の風景や静物 ☎TAMAスケッチ同好会 ☎090(6135)3728 黒川俊樹

**第64回多摩市福祉センター油絵同好会展** 11/13(水)~18(月)10:00~17:00(初日は13:30開場、最終日は16:00終了) 場 永山公民館ギャラリー ¥無料 **備考** 多摩市福祉センター油絵同好会 ☎090(2469)1900 西野

**第36回多摩市民第九演奏会** 12/14(土)15:00(14:00開場) 場 パルテノン多摩大ホール ¥指定席(2,800円)、自由席(2,500円) **備考** 指揮 = 古谷誠一、管弦楽 = 日野市民オーケストラ。学生券1,500円あり **備考** 多摩市民『第九』をうたう会 ☎mn24457@ttv.ne.jp 能崎

**都立南多摩看護専門学校 学校祭(南翔祭)** 11/16(土)10:00~12:30 場 都立南多摩看護専門学校 ¥無料 **備考** 内容 = 研究発表、献血車、学校説明会、公開講座 ☎都立南多摩看護専門学校 ☎(389)6601

**多摩管弦楽団 第56回定期演奏会** 11/16(土)14:00(13:30開場) 場 パルテノン多摩大ホール ¥1,000円 **備考** 全席自由。当日券あり **備考** 多摩管弦楽団広報 ☎web2014@tamakan.net 鈴木

**音楽会：やざりんとリオを迎えて** 11/18(月)14:30・18:30 場 パルテノン多摩小ホール ¥一般 = 1,000円、学生・車いす = 500円 **備考** 収益はふるさとTAMA応援寄附金みどりの保全分野に寄

付。要申し込み ☎自然と市民のまちづくり ☎090(4168)1192 こうの

**朗読(息吹の会)~深秋の朗読会~** 11/20(水)13:30(13:00開場) 場 関戸公民館第3学習室 ¥無料 **備考** 定員30人。要予約。5人の女性と俳優草野裕の朗読を ☎息吹の会 ☎090(1426)5853 クサノ(非通知不可)

**和太鼓ドンドン~レッツトライ!~** 11/23(祝)14:00~16:00 場 二幸産業・NSP健幸福祉プラザ3階 ¥無料 **備考** 小学生以上。和太鼓楽雅武者ホームページ参照。上履き持参 ☎和太鼓楽雅武者 ☎gamusyamura@yahoocoo.jp 佐藤

**相続・遺言・成年後見・死後の事務無料相談会** 11/28(木)13:10・14:00・14:50 場 消費生活センター講座室(ベルブ) ¥無料 **備考** 各回45分程度の個別相談 ☎NPO法人シニアサポート多摩 ☎(400)5264

**冬の中国薬膳の会** 11/28(木)13:00~16:00 場 消費生活センター調理室(ベルブ) ¥1,700円 **備考** お話と調理・試食。要申し込み ☎日中友好協会多摩支部 ☎(376)4632 後藤

**結婚支援** 11/30(土)10:00~12:00 場 関戸公民館第2学習室 ¥無料 **備考** NPO法人タマリバティアカデミー ☎ha5ru2gon7@yahoo.co.jp 松本

**第1回RYM朗読会** 12/8(日)13:00~16:00(12:30開場) 場 中央図書館活動室1 ¥無料 **備考** 3部構成。休憩時は入退自由。企画・賛助出演 = 物集女 ☎RYM ☎oikawamh@hotmai.co.jp 及川恵美子