

国民健康保険・後期高齢者医療被保険者のみなさまへ

○入院時生活療養費負担額の変更について

平成29年10月より医療療養病床に入院している65歳以上の皆様の光熱水費（居住費）の負担額が変わります。なお、詳細につきましては、東通村税務住民課国民健康保険グループ（電話0175-27-2111）または青森県後期高齢者医療広域連合（電話017-721-3821）までお問い合わせください。

○かかりつけ薬局を持ちましょう

いつも利用する「かかりつけ薬局」があると、薬歴（薬の服用記録）管理や、飲み合わせによる副作用の防止など健康管理をサポートしてくれます。かかりつけ薬局を持ちましょう。

○ジェネリック医薬品を活用しましょう

ジェネリック医薬品（後発医薬品）は、先発医薬品の特許期間の終了後に、先発医薬品と同じ成分を使って製造され、効き目や安全性が確認されているお薬です。

また、お薬の価格が2割～8割程度安いのが特徴です。

ジェネリック医薬品を希望する方は新しい保険証と一緒に「ジェネリック医薬品希望シールまたはカード」をお送りしていますので、お薬手帳の表紙に貼付する形でご活用ください。

○保険料（税）を納期限内に納めましょう

- ・保険料（税）を滞納すると、通常より有効期限が短い保険証（短期被保険者証）が交付されることがあります。
- ・災害により住宅等に著しく損害を受けた場合や、特別な事情により世帯主等の収入が著しく減少した場合は、保険料（税）の減免等が認められることがありますので、申請等について、東通村税務住民課国民健康保険グループ（電話0175-27-2111）までにお早めにご相談ください。
- ・納付書でお支払いの方は便利で確実な口座振替をご利用ください。口座振替への変更は金融機関で随時受付しております。詳しくは、東通村税務住民課（電話0175-27-2111）までお問い合わせください。

後期高齢者医療被保険者のみなさまへ

○お薬代負担軽減のご案内

ジェネリック医薬品に切り替えてお薬代が安くなる可能性がある方へ、参考までにどのくらい安くなるのか「お薬代負担軽減のご案内」を10月に送付します。ジェネリック医薬品の利用を希望する方は、医師や薬剤師にご相談ください。

詳しくは、青森県後期高齢者医療広域連合（電話017-721-3821）へお問い合わせください。

自立に向けた相談窓口のご案内

あなたの生活の「不安」や「心配」ひとりで悩まず
ご相談ください



相談員がどのような支援が必要か一緒に考え、自立に向けて寄り添いながらお手伝いします

「長い間働いてないけど親も高齢。
なにかしたいけどどうすればいいかわからない」

「うちの息子ずっと働かないで家にいる。将来どうしよう」

「仕事がなかなか決まらない」、「仕事が長続きしない」

「高齢だけど働いて収入を得たい」、
「社会参加してなにかの役に立ちたい」

さまざまな心配ごとで生活に困っている方は、どなたでもご相談ください。

下北地域自立相談窓口

むつ市中央1丁目8番1号 むつ市社会福祉協議会内

対象地域
大間町・東通村
風間浦村・佐井村

☎0175-33-3023

総合相談窓口フリーダイヤル
(青森県社会福祉協議会)

相談無料・通話料無料

0800-800-7114