

保険・年金

30年度区民交通傷害保険 加入者募集

加入者が交通事故に遭った場合、入院や通院治療日数・期間に応じた保険金を支払います。

また、国内で自転車または身体障害者用車いすの所有・使用・管理に起因して、他人にけがを負わせたり、他人の財物を壊した事等によって発生した法律上の損害賠償等を補償する「自転車賠償責任プラン」セットコースもあります。

※自転車事故に備えた保険に加入する努力義務等が定められた区条例を27年10月に施行しました。自転車を利用する方は、自転車賠償責任プランセットコースへの加入をおすすめします。

Table with 3 columns: Course (A, B, C, AJ, BJ, CJ), Annual Premium (1,000 to 3,300 yen), Maximum Insurance Amount (150 to 600 million yen).

保険期間 4月1日午前0時～31年3月31日午後12時
申込方法 申込書に保険料を添えて左記申込場所へ
申込書配布・申込場所・申込締切日

※詳しくは、左記の引受保険会社か問合せ先へ
引受保険会社 損害保険シヤパン

問合せ 台東区民課区民係
(50228) 6446
(3349) 9666

ジエネリック医薬品差額通知を送付します

ジエネリック医薬品は、先発医薬品の特許が切れた後に製造・販売され、先発医薬品と有効成分が同じで、同等の効果が得られると認められた医薬品です。

※ジエネリック医薬品への変更を希望する場合は、医師や薬剤師にご相談ください。
問合せ 国民健康保険課庶務係
(5246) 1251

国民健康保険の加入手続きをお忘れなく

退職等で職場の健康保険を脱退する方は、国民健康保険の加入手続きが必要です。
必要な物 健康保険資格喪失証明書、本人(届出人)確認できる物(運転免許証パスポート等)

認める書類(通知カード等)
※代理人(住民票上、別世帯の方)が届出をする場合は、委任状が必要となります。

届出場所 区役所2階(2)番国民健康保険課、区民事務所・同分室(地区センターでは受付不可)
届出は14日以内に 届出が遅れると、資格が発生したとき(加入の届出日ではない)まで最長2年間の期間の医療費は全額自己負担になります。

会社都合等により離職された方は国民健康保険料が軽減されることがあります

リストラなどで職を失い、離職時点で65歳未満の方は、届出により国民健康保険料が軽減される場合があります。
対象 雇用保険受給資格者証の離職理由コード11、12、21、22、23、31、32、33、34に該当する方

※特別受給資格者「特」・高齢受給資格者「高」は除く
軽減の内容 前年の給与所得を100分の30として保険料を計算
就職後すぐに離職し、雇用保険の受給資格が発生しない方について、前回の離職が軽減対象の離職理由コードに該当し、前回の雇用保険の残日数分を受給する方についても、軽減の対象となる場合があります。詳しくは、左記へお問合せください。

対象者と届出人の個人番号(マイナンバー)が確認できる物(通知カード等)
申込み・問合せ 国民健康保険課資格係(区役所2階(2)番)
(5246) 1252

健康 笑って元気教室 「漫才と体操」

日時 4月11日(水) 午後2時～3時30分
対象 区内在住か在勤の40歳以上の方
定員 28人(先着順)
出演 2世代ターボ、レトロ&モタン
場所・申込み・問合せ 千束健康増進センター
(5603) 0085

高齢者はつらいつレーニング
トレーニングマシンを使用した運動教室です。簡単な体操やストレッチも行います。
期間(全10回) ①火曜日コースは4月10日～6月12日 ②金曜日コースは4月13日～6月22日(5月4日を除く)
時間 午前10時～正午
場所 千束健康増進センター
対象 区内在住の65歳以上の方(心疾患・高血圧等の症状のある方は主治医を相談)
定員 各12人(抽選)
費用 300円(保険料初回のみ)
申込方法 はがきに希望コース(①か②)・住所・氏名・年齢・電話番号を書いて左記問合せ先へ
申込締切日 3月20日(火)(必着)
問合せ 〒110-8615 台東区役所介護予防・地域支援課
(5246) 1295

健康づくり、肥満や生活習慣病などの予防・改善に健康増進センターをご利用ください

健康でいきいきとした生活を送るためには、栄養・運動・休養のバランスをとることが大切です。区内2か所にある健康増進センターでは、利用者一人ひとりのライフスタイルや体力に合わせて運動メニューを提案し、健康づくりのお手伝いをします。



利用案内
対象 区内在住か在勤の18歳以上の方(事前登録が必要) 利用料金 1回300円(健康度測定は1回3,000円)
利用方法 登録制(下図「利用の流れ」参照) ※登録者以外の方が利用できる運動教室もあります。募集は広報「たいとう」で毎月行います(往復はがきで要申込み)。

上野健康増進センター
台東区東上野4-22-8 健康センター7・8階
(3847) 9475
利用時間 火～金曜日は正午～午後9時、土・日曜日・祝日は午前10時～午後5時30分(月曜日・年末年始は休館)
施設概要 トレーニング室、アクアエクササイズ室、多目的運動フロア

Table with 2 columns: Classroom Name (e.g., Aerobic, Aquatics, Rhythmic Exercise) and Content (e.g., Basic movements for beginners, water exercise).

千束健康増進センター
台東区千束3-28-13 千束保健福祉センター1階
(5603) 0085
トレーニング室利用時間 火～金曜日は午後1時～8時30分、土・日曜日・祝日は午前10時～午後5時30分(月曜日・年末年始は休館)
集会室・和室利用時間 午前9時～午後9時(月曜日・年末年始は休館)

Table with 2 columns: Classroom Name (e.g., Yoga, Pilates, Aerobic) and Content (e.g., Relaxation and stretching, core strengthening).

