

国民年金保険料の産前産後期間免除制度

届け出をすることで、出産（予定）日が属する月の前月（多胎の場合は3カ月前）から翌々月までの期間の国民年金保険料（平成31年4月分以降に限る）が免除される制度です。

- ☑ 出産日が平成31年2月1日以降で、免除される期間内に国民年金第1号被保険者に該当する期間が1カ月以上ある方
☑ 年金手帳（マイナンバーが分かる書類でも手続き可）、来庁者の本人確認書類（運転免許証など）、母子健康手帳などの出産（予定）日が記載された書類
☑ 出産予定日の6カ月前から届け出可（出産後も可）
☑ 国民年金課 ☎481-7062、日本年金機構府中年金事務所国民年金課 ☎042-361-1011



乳がん検診・子宮頸がん検診 無料クーポン券を6月30日(水)に送付

- クーポン券の検診受診期間 / 7月1日(木)～令和4年2月28日(月)
☑ 令和3年4月2日～令和4年4月1日に次の年齢になる方
乳がん検診 / 41歳
子宮頸がん検診 / 21歳
☑ 乳がん検診 / 問診・視触診・マンモグラフィー
子宮頸がん検診 / 子宮頸部検査（細胞診）
☑ 指定医療機関に予約し、クーポン券を持参して受診
☑ 対象年齢の方で、令和3年4月1日以降に市の乳が

ん検診を受診した方は、自己負担金1500円を還付。対象者には後日案内と申請書を郵送
☑ 健康推進課 ☎441-6100

7～9月生まれの方への健（検）診の個別通知を発送

令和3年度から後期高齢者健診、各種がん検診、調布市国民健康保険特定健診などの受診期間と受診月が変わりました。7～9月生まれの方には個別通知を6月末に発送します。
4～6月生まれの方で、転入などにより受診券が届いていない場合はお問い合わせください。
※75歳以上の方は通知発送時期がこれまでと異なる場合あり

Table with 3 columns: 生まれ月, 受診期間, 個別通知発送時期. Rows include birth months like 4・5・6月 and corresponding periods like 5～8月.

Table with 4 columns: 対象者(令和4年3月末時点年齢), 個別通知を発送する健（検）診, 問い合わせ. Rows list target groups like 後期高齢者医療制度に加入している方 and their respective contact info.

※①の通知は③の個別通知と同封

※②と③の両方に該当する方は個別通知を別々に発送
※②特定健診・特定保健指導
令和3年4月2日以降に国民健康保険に加入した方は、受診期限までに申し込みが必要。特定健診の結果で生活習慣病のリスクがある方には、生活習慣改善をサポートする健康チャレンジ（特定保健指導）の案内を送付。対象者に電話で案内する場合あり。

- 【着信番号】
特定健診 ☎0120-091-827
特定保健指導 ☎0120-095-402
【架電時間帯】
☑ 午前9時～午後8時
☑ コールセンター業務は㈱KDDIエボルバに委託※電話の際、銀行の口座情報を聞いたり、金銭の振り込みを依頼したりすることはありません

食事なんでも相談室（栄養相談）

- ☑ 7月7日(水)午後
☑ 文化会館たづくり西館保健センター1階
☑ 申し込み順6人
☑ 医療機関で治療中の方は要問い合わせ
☑ 電話で健康推進課 ☎441-6082へ

今から始める健康づくりシリーズ 「ここが大切 糖尿病予防」

- ☑ 7月15日(木)午前9時20分～正午
☑ 文化会館たづくり西館保健センター2階
☑ 35～65歳で糖尿病のために医療機関を受診中でない市民
☑ 申し込み順15人
☑ 健康手帳（お持ちの方）、飲み物
☑ 電話で健康推進課 ☎441-6100へ

「暮らしの情報」は10面に続きます

65歳以上の方

介護保険料決定（納入）通知書を7月8日(木)に発送

介護保険料は令和2年の所得などに応じて決まります。納付方法は特別徴収（年金差引き）と普通徴収（納付書・口座振替）の2通りです。介護保険料を滞納すると、サービスを利用する際に利用者負担の割合が引き上げられるなどの措置を取る場合があります。

- 独自減額制度
65歳以上の方で、令和3年度の介護保険料の所得段階が第2段階または第3段階に該当し、一定の要件を満たす方は、8月2日(月)までに申請すると、介護保険料全額を第1段階に減額します。
シルバーパス申込時の必要書類としても使用可能
介護保険料決定（納入）通知書は、東京都シルバーパス申し込みの際、所得状況などの確認書類として使用できます。
介護保険制度の改正による利用者負担軽減の変更
令和3年度の改正により、8月から介護保険負担限度額認定（食費・居住費の助成）と高額介護（予防）サービス費の基準などが変わります。

☑ 高齢者支援室
介護保険料について / 介護保険担当 ☎481-7504
シルバーパスについて / 高齢福祉担当 ☎481-7150
介護保険制度について / 介護保険担当 ☎481-7321

Table titled '所得段階別保険料' showing income levels (e.g., 80万円以下, 120万円超) and corresponding insurance premiums (e.g., 2万1240円, 7万800円).

※令和3年度は低所得者に対する軽減強化として、第1段階～第3段階の基準額に対する割合を引き下げます

要介護・要支援認定を受けている方と総合事業対象者の方へ 介護保険負担割合証を7月15日(木)に発送

負担割合は令和2年中の所得や世帯構成に応じて1割～3割になります。負担割合証到着後、負担割合・適用期間をご確認ください。
適用期間 / 8月1日(日)～令和4年7月31日(日)

