

1 月 15 日～31 日カレンダー

町内開催の行事・各種相談を掲載。「■」は
事前申込が必要、「→」は詳細の記事あり。

日・曜日	町民みなさん向けの内容 【☆】観光施設イベントは町外からも来場可能
15・木	ヘルシー体操 (10:00 ～福祉会館) ■心理・発達相談 (10:30 ～きこりん・徳井臨床心理士) → 13 分 前日 ■高次脳機能障害相談 (13:30 ～保健福祉センター) → 13 分 前日
16・金	
17・土	■簡単! やさしいお食事づくり講習会 (9:30 ～保健福祉センター) → 19 分 1/9
18・日	
19・月	ヘルシー体操 (14:00 ～文化会館)
20・火	元気アップおきたま事業 (10:00 ～川井生活館: 健診結果の面談) → 15 分
21・水	■ウエルカムランチ (11:30 ～氷川保育園: 見学・給食試食) → 17 分 前日 先着順
22・木	元気アップおきたま事業 (10:00 ～梅沢コミュニティセンター: 保健師による健康講話) → 15 分
23・金	■高次脳機能障害相談 (9:30 ～保健福祉センター) → 13 分 前日 ■心理・発達相談 (10:30 ～きこりん・鎌田臨床心理士) → 13 分 前日 元気アップおきたま事業 (10:00 ～常磐生活改善センター: 健診結果の面談) → 15 分
24・土	
25・日	■楽々筋力トレーニング (13:30 ～福祉会館) → 19 分 先着順
26・月	元気アップおきたま事業 (13:30 ～長畑生活館: 健診結果の面談) → 15 分
27・火	■高次脳機能障害相談 (9:30 ～保健福祉センター) → 13 分 前日 元気アップおきたま事業 (13:30 ～境生活館: 健診結果の面談) → 15 分
28・水	
29・木	ヘルシー体操 (10:00 ～福祉会館)
30・金	
31・土	■パパヨガ (10:00 ～文化会館) → 6 分 申込 1/26 前日・託児希望申込時

《今月の納期 2/2 (月)》

町・都民税第 4 期分、国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料 各第 7 期分

後期高齢者医療制度医療費等通知書をお送りします

ご自身の健康と医療に対する認識を深めていただくとともに、診療日数などの受診内容に誤りがないか確認をしていただくため、「医療費等通知書」を 1 月下旬にお送りします。

通知書には、診療年月、医療機関の名称、医療費(10割・自己負担相当額)などを記載しています。発送の対象は、令和 7 年 1 月 28 日現在、東京都後期高齢者医療の被保険者の資格があり、令和 6 年 9 月から令和 7 年 8 月までの 12 か月間に、保険診療で医療機関などへの受診履歴がある方です。確定申告の際に医療費等通知書を添付することで、令和 7 年 1 月から 8 月までの診療などについては、「医療費控除の明細書」への記載を省略することができます。9 月から 12 月までの診療などについては、お持ちの領収書に基づき別途、「医療費控除の明細書」を作成していただく必要があります。

マイナンバーカードの保険証利用登録をされた方は、マイナポータルでご自身の医療費情報を閲覧ができ、原則、2 月 9 日に申告年分の 1 月から 12 月の情報を一括で取得が可能です。ただし、はり・きゅう、あんま・マッサージ当の施術費用などは含まれません。

※問い合わせは、東京都後期高齢者医療広域連合 ☎ 0570-086-519

住民課 ☎ 83-2190