



—市への申請をより簡単に—

4月から、一部の届け出で押印を省略できます

関 職員法制課法制係（市役所 2階 ☎82-3163）

市民の皆さんの負担軽減や行政改革の一環である業務効率化のため、4月1日から市に提出する申請書や各種届出の一部の書類で、自署により押印を省略できるようにします。

なお、引き続き押印が必要な書類があるほか、本人確認のため運転免許証やマイナンバーカードなどの身分証明書の提示をお願いする場合があります。詳しくは、各担当にお問い合わせてください。

省略可能になる書類の例

- 住民異動届（転入・転出・転居など）
 - 医療費助成申請書
 - 保育所や放課後児童クラブの入所申請書・退所申請書
 - 国民健康保険被保険者資格取得届
 - 市営住宅入居申込書
 - 軽自動車税（種別割）申告書
- ※右記のほか、千種類ほどの書類が省略可能になります

今後も、市への申請がより簡単にできるよう手続きのオンライン化を目指し、押印の省略を進めます。



口座振替日（納期限）を統一します

関 会計課会計係（市役所 1階 ⑨番窓口 ☎82-3342）

令和3年度から、行政改革の観点や市民の皆さんの分かりやすさを考慮し、各種料金などの口座振替日（納期限）を、市の税金の口座振替日（納期限）と統一することになりました。

これにより、各種料金などの口座振替日（納期限）は毎月月末まで（12月は25日まで）になります（下表のとおり）。

※口座振替日（納期限）が土・日曜日、祝日の場合は、金融機関の翌営業日になります

各種料金など	口座振替日（納期限）	担当
水道料金、下水道使用料、温泉使用料	変更前 各月25日まで ↓ 【変更後】 各月末日まで ただし、12月のみ12月25日まで	上下水道課
介護予防事業等利用料 ● 緊急通報サービス利用料 ● 生き生きデイサービス事業利用料 ● 老人福祉施設入所者措置費負担金 ● 高齢者住宅等安心確保事業費負担金 ● はつらつ元気塾事業負担金 ● 介護予防・生活支援サービス事業利用料	変更前 各月末日まで ただし、12月のみ翌年1月4日まで ↓ 【変更後】 各月末日まで ただし、12月のみ12月25日まで ※12月以外の各月の口座振替日（納期限）に変更はありません	高齢福祉課
保育料、副食費、延長保育料		子育て支援課
アイヌ住宅新築資金等償還金		社会福祉課
市営住宅使用料、市営住宅駐車場使用料 ※特定公共賃貸住宅・定住促進住宅（大滝区）も同じ		都市住宅課
放課後児童対策事業運営負担金		生涯学習課
ケーブルテレビ使用料、大滝宮農飲雑用水使用料		地域振興課
給食費		食育センター



国民健康保険に 加入中の皆さんへ ～特定健診のご案内～

☎ 保険医療課保険医療係 (市役所 1階④番窓口 ☎82-3197)



特定健診を 受診しましょう

皆さんは、「何かあれば病院に行けばいい」「元氣だし、太っていないし、私は大丈夫」「定期通院しているから健診は受けなくてもいい」と思っていないですか。生活習慣病は、進行するまで自覚症状がないことが多い病気です。また、放置すると動脈硬化が進み、心筋梗塞や脳卒中など命にかかわる重大な病気を引き起こすおそれがあります。

市が国民健康保険加入者向けに無料で実施している「特定健康診査(特定健診)」は、生活習慣病の早期発見に役立つ大切な健診です。年度ごとに1回受診して、体の状況を確認しましょう。

対象者

- 国民健康保険に加入中の方
- 令和3年度中に年齢が40歳～75歳になる方(75歳になる方は誕生日の前日まで受診できます)
- ※妊産婦・長期入院患者・施設入所者などは対象外です。また、75歳以上の方には「シルバー健診」などを実施しています。詳しくは、担当にお問い合わせてください



特定健診の 内容と受診方法

内容

1時間程度で次の項目を実施します。問診、身体測定、診察、血圧測定、血液検査(脂質・糖代謝・肝機能・腎機能)、尿検査(タンパク・糖) ※医師が必要と認めたときは貧血検査、心電図検査を実施する場合があります

受診方法

① 受診券をお送りします

国民健康保険に継続加入している方には、4月中旬に「特定健康診査受診券」と詳しい健診のご案内を送付します。健診会場で受診券を提出する必要がありますので、受診券はなくさないよう保管してください。

② 受診する健診を選びます

市では、特定健診の項目以外の検査も追加した独自の健診をご用意しています。次のどれかの方法で、年度ごとに1回受診できます。

- 集団健診
- 個別健診
- 脳ドック
- 短期人間ドック
- 口帰りドック

※それぞれの内容・申込方法など詳しい内容は、今月号に折り込みの「伊達市けんしんカレンダー」をご覧ください

注意事項

さまざまな受診方法がありますが、特定健診はどれかの方法で年度ごとに1回しか受診できません。

次のような場合、受診料が自己負担になりますのでご注意ください。

- 脳ドックを受けた後、集団健診で特定健診を受けた。
- ↓ 脳ドックに特定健診も含まれているので、1回分の受診料が全額自己負担になります。
- 社会保険の資格を取得した日付の後に、個別健診で特定健診を受けた。
- ↓ 国保に加入している期間以外での受診は全額自己負担になります。



健診結果を 活用しましょう

健診を受けた方には、健診結果をお渡しするほか、結果数値の見方やそれぞれの方の状態に合わせて健康に役立つ情報を掲載したパンフレットなどを送付します。また、腹囲や血糖値などが判定基準を超えているなど、生活習慣病の発症リスクが高い方には「特定保健指導」の案内を送付します。

長年の生活習慣を一人で変えることは難しいものですが、市の保健師・栄養士が健診結果や生活状況に合わせた見直しをサポートしますので、ぜひご利用ください。