

後期高齢者
医療保険

10月から窓口負担2割になる方へ

保険年金課後期高齢者医療保険担当

10月1日(土)から一定以上の所得がある方の後期高齢者医療保険の窓口負担割合が、1割から2割になります。配慮措置として、3年間は1か月間の外来医療での窓口負担増の上限を3000円とし、上限を超える場合は払い戻します。

払い戻し方法

高額療養費の口座を登録している

- はい → 登録口座に後日払い戻し
- いいえ → 9月中に郵送される申請書を提出



窓口負担割合の変更

健康診査の案内

保健所健康増進課健康づくり担当 ☎(38)3331

生活習慣病やフレイル予防のため、健康診査を受けましょう。8月中旬に、対象の方へ受診券シールを送付しますのでご確認ください。また、7月21日以降に転入した方は受診券シールの発行手続きが必要です。健康増進課へ問い合わせまたは市HPで申請をお願いします。

期間 9月1日(木)～11月30日(水) 場所 市内実施医療機関

対象 後期高齢者医療保険加入者、40歳以上の生活保護受給者

ほか 実施医療機関一覧は受診券シールに同封。受診は一部要予約



受診券発行

市民の活動だより

ちがさき市民活動サポートセンター
☎(88)7546

柳谷の自然に学ぶ会



自然観察会の様子

子どもから大人まで参加できる自然観察会や調査を行っています。自然環境の大切さを学びながら、緑のまちづくりを進め、子どもたちに豊かな自然環境を引き継ぐことを目的に活動しています。

知識だけでなく自然の不思議を体験

自然観察会は、県立茅ヶ崎里山公園で実施しています。また、植物や昆虫、鳥、水生生物などの調査も行っています。幅広い年代のスタッフたちが企画を提案し、観察会を楽しめるように前向きに進めています。「また観察会に来ます」という参加した方からの言葉が何よりのやりがいにつながっています。「自然を守る、知る、伝える」という思いを実感できる観察会や調査と一緒にトライしてみませんか。

活動日 ①自然観察会/第4日曜日②調査/随時

場所 県立茅ヶ崎里山公園

問合せ ☎(88)5586白田



野田 晴美代表



知るから始まる、みどりの保全。市内に残る自然環境や生育・生息している生きものを季節ごとに紹介します。

景観みどり課みどり担当



ゴルフ場での会員向け自然観察会

自然環境が残る意外な場所

環境保全に貢献しているゴルフ場

市内のみどりは、開発行為などで時代の変化と共に減少してきました。そのような状況の中、現在のみどりが残されてきた場所としてゴルフ場が挙げられます。市内にあるゴルフ場の中には、生物多様性の観点からみて重要なみどりがあります。

ゴルフ場は自然を破壊していると思われるがちですが、もともとの地形が残されている場所が多いので、意外なほど多くの動植物が見られます。農薬の使用をなるべく控え、草の刈り方を工夫するなど適度な手入れをしているゴルフ場では、失われつつある豊かなみどりが保全されているケースがあります。

残された特別な自然環境で見られる生きものたち

生きものとの共存を図っているゴルフ場では、季節ごとに多様な植物が育ち、さまざまな動物が生きていける環境があります。フェアウェイ※の外にある草地や明るい雑木林には、昆虫や鳥など小さな生きものが生息し、コースにある池は湿地性植物の生育地や水生昆虫・両生類の生息地となり、鳥類の水飲み場になっています。木々の中に風が通り、林床に日が差し込む環境は、生きものに優しい場所となっています。

※ 芝生を短く刈りそろえ整地されたエリア



白粉をまとったようなコフキトンボ



市の準絶滅危惧種 エゾスズラン



草地にはノウサギも生息

広告掲載のお申し込み・お問い合わせは秘書広報課へ

保険適用・日帰り手術 **無料** JR 大船駅 笠間口(北改札)から徒歩1分

下肢静脈瘤 血管検査 実施中!

9月の血管検査 実施日 **チェックリスト**

07水 14水 17土
21水 28水

茅ヶ崎地区優先予約は左の二次元コードから

☎0467-48-0006 「広報ちがさきを見ました」とお伝え下さい

大船静脈瘤クリニック 保険適用 日帰り手術 じょうみゃくりゅう

神奈川県鎌倉市大船1丁目26-33 片岡ビル2F

笠間口(北改札) 大船静脈瘤クリニックの片岡ビル2F 大東橋 ダイコクドラッグ Family Mart

介護付有料老人ホーム

アマポーラ湘南

9/3(土)～9/11(日)9日間
ランチ付(無料)施設見学会開催中

ショートステイ・体験入居随時受付中!

☎0467-87-8965
茅ヶ崎市松が丘2-1-3-5
http://www.amapola-shonan.jp/

□類型 介護付有料老人ホーム(一般型) □介護保険 神奈川県指定介護保険特定施設
□居住の権利形態 建物賃貸借方式 □居室区分 全個室(2人部屋2室あり)
□入居時の要件 自立、要支援、要介護(原則65歳以上) □介護に関わる職員体制 2.5:1以上
□利用料の支払い方式 選択方式

アフラックのことはアフラックのお店へ

Aflac よくわかる! ほけん案内 3

TEL 0120-58-9097

(販売代理店) 株式会社アクティブ湘南
〒253-0043 神奈川県茅ヶ崎市元町1-1 ラスカ茅ヶ崎4階
(引受保険会社) アフラック
〒163-0456 東京都新宿区西新宿2-1-1 新宿三井ビル

「保険のわからないをわかる! に変えるお店」
よくわかる! ほけん案内 **ラスカ茅ヶ崎店**

住所・名義変更 給付のお手続き 契約内容のご確認 証券・控除証明