

ぴっぴのこくほ



令和7年7月発行【No. 117】

～ 限度額適用（・標準負担額減額）認定証について ～

①「限度額適用認定証」または②「限度額適用・標準負担額減額認定証」とは、病院に支払う医療費自己負担額の限度額を、病院の窓口で確認するためのものです。資格確認書と合わせて病院に提出することで、窓口負担額が自己負担限度額までとなり、医療費が高額になった場合でも、一時的に立て替える必要がなくなる大変便利な証となっています。

また、②の認定証については、町民税が非課税世帯の方に発行する証で、併せて入院時の食事代も減額することができる証です。

なお、以下の点にご注意ください。



- (1) ①・②の認定証については申請により交付します。申請の際は、資格確認書、個人番号（マイナンバー）がわかるものをお持ちください。有効期限は発行日に関わらず7月31日までです。
- (2) 同じ月で複数の病院を受診した場合、各医療機関で支払った自己負担額の合計が、月の限度額よりも多くなる場合があります。その際は高額療養費に該当する場合がありますので、国保医療係までご相談ください。
- (3) 70歳以上の自己負担割合が2割で町民税課税世帯（一般世帯）に該当する世帯は、保険証で限度額を確認しますので、上記の認定証は必要ありません。

マイナ保険証をご利用ください

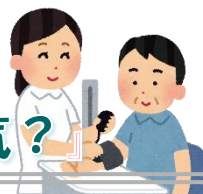
マイナ保険証を利用すれば、上記の限度額適用認定証の申請手続きをしなくても確認が可能のため、高額療養費制度における限度額を超える支払いが免除されます。マイナ保険証をご利用ください。

国保の加入・脱退の届出は忘れずに！

（裏面につづく）



【 国保医療係からのお知らせ 】



◎生活習慣病について知る：『**高血圧**ってどんな病気？』

血圧とは、心臓から送り出される血液が動脈を流れる際に血管の内側にかかる圧力の数値で、正常血圧は「120/80mmHg 未満」とされています。血圧が高い状態が続くと、次第に血管の柔軟性が失われ、硬く、もろくなり動脈硬化が起こります。**動脈硬化は自覚症状のないまま進行し、脳卒中や心筋梗塞などの発症リスクが非常に高くなります。**

高血圧の原因は、①肥満、②喫煙、③運動不足、④野菜・果物の摂取不足等がありますが、特に日本人に見られる原因の多くは塩分の摂りすぎです。これらを解消することで予防につながりますが、特に食事では、減塩及びバランスの良い食生活を心がけることが重要です。

生活習慣病を予防するためには「自分の健康状態を知る」ことが大切です。**1年に1度は健康診査を受け、安心して健康的な生活を続けましょう。**

◎特定健診・がん検診の受診をお願いします

7月7日～11日までの5日間、保健センターにおいて特定健診（集団健診）とがん検診を実施します。申し込みをされている方は忘れずに受診をお願いします。（詳細については、保健センターから別に送付されている案内文書をご覧ください）

また、引き続き個別健診も実施していますので、かかりつけ病院での受診等を希望される場合は、5月末に国保医療係から送付しました緑色の封筒に入った「受診券（緑色）」（※）をお持ちの上、医療機関へ申し込みされますようお願いいたします。

※7月及び10月の集団健診を申し込まれた方には、5月末にはお送りせず、健診の案内時に同封しています。

【お問い合わせ先】
保健福祉課 国保医療係
保健センター

電話：85-4804（直通）
電話：85-2555



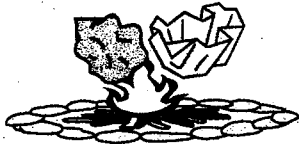
令和7年7月号 こんにちは駐在所です

勤務員 比布～工藤(くどう)、板橋(いたはし) 蘭留～竹内(たけうち)

ゴミ焼きはダメ

ゴミ焼きは犯罪です。
ゴミは比布町のゴミ出し
ルールを守ってゴミ収
集場所に捨てるようにし
て下さい。

違反した場合は
5年以下
の懲役若しくは
1000万円以下
の罰金に科せられます。



北海道警察官

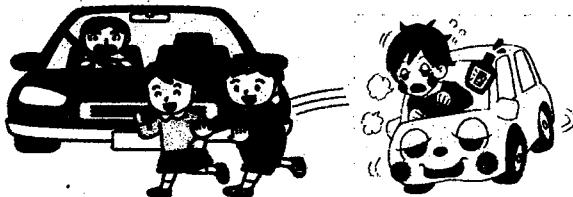
1次試験 9月21日(日)

- 受付期間
7月1日～8月15日まで
- 採用予定人数
250名程度
(男性180名、女性70名程度)
- 年齢
平成5年4月2日～平成20年
4月1日までに生まれた者
- 詳しくは比布駐在所又は
蘭留駐在所、旭川中央警察
署にお問合せ下さい。



夏の交通安全運動の実施

- 運動期間
7月13日(日)～22日(火)
- 運動重点
 - 1 飲酒運転の根絶
 - 2 自転車利用時のヘルメット着用と
自転車・バイクの交通事故防止
 - 3 スピードダウンと全席シートベルト
着用の徹底
 - 4 歩行中の子供・高齢者の安全確保
と高齢運転者の交通事故防止



- 運転手の皆さんへ
スピードの出し過ぎや無理な追越しは
重大事故に直結しますので安全運転に
努めましょう。
- 歩行者の皆さんへ
歩行者とドライバーが手をあげるなど
して「ハンドサインでストップ運動」を実
践しましょう。

HP 北海道警察からのお知らせ

7月は「青少年の非行・被害防止
道民総ぐるみ運動強調月間」です！



金銭の貸し借り注意

個人的な金銭の貸し借りは、
人間関係の悪化
あいまいな約束
などリスクがあり、トラブルになりやすい
ので、知人同士でも貸し借りをしないよ
う十分な注意をして下さい。



発行～比布駐在所 TEL 85-2225・蘭留駐在所 TEL 85-3139

比布町は、だまされなひ！ 110番で諦め退治！！

旭川中央警察署ホームページアドレス <https://www.police.pref.hokkaido.lg.jp/00ps/a-chuo-syo/>

地域安全ニュース

令和7年6月号

発行

旭川中央防犯協
旭川中央地区防犯協
旭川市市民委員会連絡協議会防犯

TEL 25-0110 (内線281)



北海道警察マスコット ほくとくん



万 引 き

- ◆ 4月24日、午後5時過ぎ、大町1条7丁目において、店舗内に陳列していた酒等が数点盗まれた。

不 法 焼 却

- ◆ 5月7日、末広5条4丁目において、複数回、住宅の庭で木の枝を焼却した。
- ◆ 5月9日、神居6条16丁目において、住宅敷地内の畑で野菜くずなどを燃やした。

器 物 損 壊

- ◆ 5月2日、旭岡1条3丁目において、住宅敷地内の畑で剪定した枝を焼却した。
- ◆ 5月2日、川端4条9丁目において、敷地内に設置されている水道メーターの配線が切断された。
- ◆ 5月3日、1条通4丁目において、車を駐車中、窓ガラスが割られた。



- ◆ 5月5日、末広2条7丁目において、住宅敷地内の花壇に植えていた花が切断された。
- ◆ 5月15日、川端4条9丁目において、アパート敷地内に設置している水道メーターが壊された。

ちよっと
待った!!

ホンモノの警察官はSNSで連絡しません
ニセ警察詐欺に注意!

警察官をかたり、捜査などの名目で、犯人指定する方法で送金させ、金銭をだましとる特殊詐欺が多発しています。

- ◆ 警察はSNSで連絡しません
- ◆ 警察は捜査等の名目で金銭を要求しません
- ◆ 警察は警察手帳や逮捕状など画像を送ることはありません

相手が警察官でも金銭の要求は詐欺です

非 侵 入 窃 盗 そ の 他

- ◆ 4月25日、宮下通7丁目において、店舗南側に設置していた植木鉢が盗まれた。
- ◆ 4月26日、鷹栖町12線12号において、敷地内の畑からアルミハウスカーが盗まれた。
- ◆ 5月2日、緑町23丁目において、店舗内でトイレの棚上に置き忘れた財布の中から現金が盗まれた。



器 物 損 壊

鷹栖町

- ◆ 5月1日、鷹栖町北1条3丁目において、建物内に設置していたベビーチェアが壊された。
- ◆ 5月2日、鷹栖町13線16号において、バス停留所の壁に落書きされ、穴が空けられた。

比布町

- ◆ 令和6年9月から令和7年5月7日までの間、比布町北15線14号において、物置小屋の扉が壊された。

不 法 投 棄

- ◆ 4月20日、東鷹栖1線14号において、畑にタイヤを投棄された



- ◆ 4月25日、春光7条8丁目において、敷地内に椅子が投棄された。
- ◆ 4月28日、高砂台2丁目において、空き地にプラスチック容器、雑紙等の家庭ゴミが投棄された。



- ◆ 5月上旬、末広東3条4丁目において、高架下に使用済み寝具などが投棄された。

ほくとボス



・防犯ブザー

・パトロール

・現在地送信

特殊詐欺情報、地域

不審者情報を配信し

旭川中央防犯協会・旭川中央地区防犯協会