

就職や退職による健康保険の切り替え。進学や卒業などによる引越しの時。

国民健康保険の手続きを忘れずに！

健康保険の資格が変更になった際は、国民健康保険の手続きが必要になります。特に3月・4月は就職や退職、進学や卒業などにより、引越しや保険の切り替えにより資格が変わる機会が多くなります。

忘れずに役場で手続きをしましょう。

	手続きが必要な時	必要なもの
国保に 加 入	他の市町村から転入	転出証明書、印鑑
	勤め先の健康保険を抜けた時 (扶養から抜けた時)	社会保険資格喪失証明書など今まで加入していた保険の資格がなくなった事がわかるもの、印鑑
	子どもが生まれた時	親の保険証、母子健康手帳、印鑑
	生活保護を受けなくなった時	生活保護廃止通知

注意！！[加入の届出が遅れると…]

保険税は加入の届け出をした日からではなく、資格を得た日（例：退職のときは退職した日の翌日）から発生します。その日までさかのぼって保険税を納めなければならなくなります（遡及賦課）。

	手続きが必要な時	必要なもの	
国保を 脱 退	他の市町村へ転出	保険証、印鑑	※ a
	勤め先の健康保険に加入した時 (扶養に入ったとき)	社会保険の保険証（コピー可）または社会保険取得証明書等、国保の保険証、印鑑	※ b ※ c
	死亡した時	保険証、印鑑	
	生活保護を受け始めた時	保険証	

※ a：就学のための転出の場合は、特例により会津坂下町の国保に加入したまま転出する事が出来ます。その際は在学証明書が必要になります。（学生証では不可）

※ b：切り替わる方全員分をお持ちください。

※ c：会社の健康保険に加入した際でも、国保は自動的に脱退になったり、会社側で手続きを行ったりということはありません。本人または家族の方が手続きを行ってください。

注意！！[脱退の届出が遅れると…]

うっかり国保の保険証を使って医療を受けてしまった場合は、国保が負担した医療費をあとで返していただきます。健康保険が変更になった場合は、速やかにかかりつけ医療機関にご提示ください。

また、ほかの健康保険と国保の保険税を二重に支払ってしまうことにもなります。

戸籍の窓口

1/21～2/20届出分

お誕生おめでとう

地区名	前(保護者)
原市川	仁菜(翔太)
塔寺山口	葵生(智)
大江中島	雅翔(仁)
桜木町吉田	脩人(昭一)
新町関本	晃裕(実)
大沢田中	菜愛(翔)
原白井	陽菜里(洋平)
古坂下遠藤	結斗(裕二)
緑町亀崎	栄汰(健)

12/22届出分

片門 ISLAM JANNAT (MIA BABUL)

哀悼の意を表します

新富町	佐藤	廣義(84歳)
沼越	甲斐	ノブ子(87歳)
金沢	長谷川	八千代(92歳)
船窪	長谷川	トヨノ(86歳)
樋渡	山内	光知(93歳)
新開津	遠藤	辰男(86歳)
片門	大竹	幸次(73歳)
村田	青木	武(75歳)
三谷	山口	武雄(94歳)
桜木町	小池	キヨ子(89歳)
大桜木	大村	島清輔(91歳)
杉山	伊藤	三枝(87歳)
大村	鈴木	安秀(67歳)
樋口分	高橋	節子(84歳)
中開津	大堀	千代子(91歳)
朝立	齋藤	正利(77歳)
村田	國井	常雄(87歳)
新富町	猪俣	利次(83歳)
新栄町	三富	要(86歳)
袋原	三千	孝雄(65歳)
牛沢	上野	清一(89歳)
片門	赤城	啓二郎(79歳)
樋口分	和泉	田信代(86歳)
八日沢	山内	ヒロ(89歳)
大江高	久サ	子(94歳)
朝立	関本	清已(85歳)
桜木町	角田	文男(88歳)
塔寺	野口	千代(98歳)

※ 掲載を希望されない方は、「戸籍の届書」を提出する際に、戸籍の担当に申し出てください。

町の人口と世帯(2月1日現在)

人口	16,417人(-3)
男	7,857人(-8)
女	8,560人(+5)
世帯数	5,453戸(+6)

3月の保健ガイド



健康管理センター ☎83-1000

3月13日(金)～4月14日(火)までの情報をお知らせします。

乳幼児健康診査

場所 健康管理センター
持参品 母子健康手帳・乳幼児健康管理手帳
受付時間 午後1時～1時20分

事業名	月日	対象者
4か月児	4月7日(火)	平成26年11月15日～12月14日生
1歳6か月児	3月17日(火)	平成25年8月・9月生
2歳6か月児	4月14日(火)	平成24年10月・11月生
乳幼児健康・栄養相談	4月10日(金)	月齢・年齢は問いません。育児についての相談を希望する方。
離乳食教室	4月10日(金) 午後2時30分～	平成26年7月15日～9月14日生

休日救急診療当番

※ 変更になる場合があります。

3月15日(日)	荒井医院	☎83-2224
3月21日(土)	遠山眼科医院	☎83-2011
4月5日(日)	坂下厚生総合病院	☎83-3511

救急病院

坂下厚生総合病院 ☎83-3511

県医師会のホームページでも確認できます。
<http://www.e-sense.ne.jp/~ken-ishikai/>



今月のにっこりさん♪

坂下南幼稚園の豆まきで、
にっこりさんをみつけました!
園児みんなで壁に貼ってある
悪い鬼めがけて元気良く豆
を投げつけていました!

【役場周辺】

月日	数値
2月1日	0.039
1月1日	0.031
12月1日	0.073
11月1日	0.077
10月1日	0.077

【学校等における測定結果(2月12日)】

マイクロシーベルト/時

調査地点	数値	調査地点	数値
坂下中学校	0.024	坂下南幼稚園	0.059
坂下南小学校	0.050	坂下東幼稚園	0.046
坂下東小学校	0.046	ばんげ保育所	0.026
託児ルーム もみの木	0.057	えくぼ遊育園	0.032

▼問い合わせ先 総務課 危機管理班 ☎84-1527

今月の納税【納期限3月31日(火)】

- 住宅使用料
- 児童福祉負担金
- 上・下水道・農業集落排水使用料

【休日の水道修理工事当番】

3/15(日)・21(土)・22(日)・29(日)
あいづりフォーム ☎83-2693

4月以降は下記に問い合わせください
建設課 上下水道班 ☎84-1530

健康管理センターで元気に活動している 自主グループの皆さんをご紹介します！

参加者募集中です！問い合わせは、各団体の
代表者または健康管理センターまで♪
健康管理センター ☎83-1000

健康管理センターを
ご利用ください！



坂下3B体操サークル



日本レクリエーション協会加入の3Bは、それぞれの体調に合わせて体を動かし、心も体も軽くなる元気の出る体操です。
全国での集いもあります。

〈活動日・時間〉 毎週火曜日 午前10時～11時
〈会 費〉 月1,500円
〈準備物など〉 運動しやすい服装
〈代表者・連絡先〉 堀 峰子 ☎83-0106

さわやかクラブ



私達さわやかクラブは、エアロビクスをしています。ダンベルやステップ台、イス、ボール等を使用して、音楽に合わせて体を動かし、冬期間でも汗を流しています。笑いも絶えず、楽しく心と体をリフレッシュしています。

〈活動日・時間〉 毎週月曜日 午前10時～11時
〈会 費〉 月1,500円
〈準備物など〉 運動しやすい服装、バスタオル

会津医療生協坂下支部



「動いて生き生き筋トレクラブ」会津医療生協坂下支部で行っている活動も9年目を迎えました。「自分の健康は自分で守る」を目標に、組合員・非組合員を問わず、運動してみたいという方が参加しています。ストレッチ、全身マッサージ、筋トレなど、気持ち良く汗を流しながら体を動かし、心のリフレッシュにもなっています。

〈活動日・時間〉 毎月2回実施予定
午前9時半～11時30分または午後1時～3時30分
※健康管理センターの空き状況により、日程・場所は随時連絡となります。
〈会 費〉 無料
〈準備物など〉 運動しやすい服装

B.M.C. メイテル



歌謡曲に合わせて、楽しくストレッチをしたり、踊ったりしながら、ボディ作りをしていくレッスンです。
健康で、美しい心と体を作ることを目指して活動しています。

〈活動日・時間〉 毎週金曜日 午前10時～11時
〈会 費〉 レッスン1回 500円
〈準備物など〉 運動しやすい服装、タオル、飲み物
〈代表者・連絡先〉
B.M.C. ダンススタジオHIRO
鈴木 弘美 ☎090-6257-4434

