

知っていますか？「ヘルプカード」

障害がい者支援課 (☎017-734-5319)



ヘルプカードとは、障がいなどがあり、自分から「困った」「手助けしてほしい」となかなか伝えられないかたが、あらかじめ配慮してほしいことなどを記入し、日常生活や緊急時、災害時などに周囲の人に手助けを求めたいときに提示することで、手助けを求めやすくするカードです。ヘルプカードは、「手助けがほしい人」と「手助けできる人」をつなぐカードです。

●障がいのある人が困っていたら…

聴覚障がいや内部障がいなど、外見からは障がいがあることが分かりにくい場合があります。『ヘルプカードを持っていて、何か困っているような人』を見かけたら、「何かお手伝いをすることはありますか？」と声をかけましょう。皆様のご理解とご配慮をお願いします。



ヘルプマーク

「ヘルプマーク」を身に付けたかたを見かけた場合は、困っているようであれば声をかけるなど、思いやりのある行動をお願いします。

●ヘルプカードの活用場面

緊急のとき

道に迷ったとき、パニックや発作、体調が悪くなったときは、短い言葉で優しく声をかけてください。ヘルプカードにはパニックや発作の際の対処法などを書いています。

災害のとき

災害が発生したとき、災害により避難行動が必要なときは、落ち着けるように、優しい言葉で具体的にゆっくり状況を伝えてください。安全確保を優先して連絡先に連絡をしてください。

7月11日は 児童扶養手当の支給日

市では、離婚や未婚、遺棄などにより、父または母と生計を同じくしていない児童を養育している家庭に「児童扶養手当」を支給しています。7月11日(火)は、児童扶養手当の支給日です。※5・6月分の手当を支給します。●転出入、対象児童に増減が生じた(出生、児童の施設入所など)、支給資格がなくなった(子を養育しなくなった、婚姻、異性との同居など)、公的年金を受給できるようになったなどの変更があったときは、速やかに届出しましょう。●令和4年度の「児童扶養手当現況届」が未提出または書類不備のかたは、令和5年1月振込分からの手当が差し止めとなっています。必ずご提出ください。

子育て支援課

☎017-734-5334
浪岡振興部健康福祉課
☎0172-62-1113

子どもの居場所づくり 学習応援事業 参加者募集中!

ひとり親家庭や生活保護・就学援助を受給している家庭の中学生を対象に、教員経験者などのスタッフが、学習応援や相談対応などを行うほか、仲間と出会い、交流の場となるようサポートします。毎月～金曜日 午後4時30分～7時30分(利用する曜日と時間はスタッフとの相談により決定) 所中心市街地(申込時にお知らせ) 市内在住のひとり親家庭など、生活保護受給世帯、就学援助受給世帯の中学生(定員40人に達した場合、募集を終了) 料無料/子育て支援課または浪岡振興部健康福祉課へ 子育て支援課 ☎017-734-5334



令和5年度国民健康保険税・後期高齢者医療保険料の納税(入)通知書などを送付します

7月13日(木)に、納税(入)通知書などを送付します。年度内に納付方法が変更となるかたには、納税(入)通知書と特別徴収開始通知書の両方が送付されます。

○納付が困難なときはご相談を
失業、倒産、災害など特別な事情によって納付が困難なときはご相談ください。申請によって減免を受けられる場合があります。

○福島第一原子力発電所事故により青森市に転入されたかたへ

申請によって減免を受けられる場合があります。※令和4年度に減免を受けたかたで、引き続き減免の要件に該当する場合であっても、改めて申請が必要です。

※詳しい要件や必要書類については市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

※国民健康保険税については、原則、納期限の過ぎた

期別の税額は減免対象から除かれるため、お早めに申請してください。なお、災害、疾病などのやむを得ない理由があると認められる場合には、納期限の過ぎた期別の税額も減免対象となる場合がありますので、ご相談ください。

○臨時相談窓口を開設します
7月14日(金)～31日(月)
午前8時30分～午後6時
(土・日、祝日を除く)

所 アウガ6階会議室
岡国保医療年金課

(☎017-734-5340)
浪岡振興部健康福祉課
(☎0172-62-1153)

令和5年度
介護保険料納入通知書
などを送付します

7月5日(水)に、介護保険第1号被保険者(65歳以上)の令和5年度介護保険料納入通知書などを送付します。内容をご確認ください。

○介護保険料の納付を忘れずに
介護保険制度は、高齢化が進む中、介護の負担を社会

全体で支え合うための制度です。

特別な事情がなく介護保険料を滞納すると、将来介護が必要となったときに、保険の給付が制限され、介護サービス利用時の負担が大きくなります。

納入通知書で納めるかたは、納め忘れない便利な口座振替をご利用ください。

○介護保険料の減免制度

経済的理由などで生計維持が困難なかたは、申請によって介護保険料の減免を受けられる場合があります。

減免の対象となるのは、納期限を迎える前の保険料です。減免の要件など、詳しくは市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

○臨時相談窓口を開設します

7月7日(金)～21日(金)
午前8時30分～午後6時
(土・日、祝日を除く)

所 アウガ6階会議室
岡国保医療年金課

(☎017-734-5365)
浪岡振興部健康福祉課
(☎0172-62-1134)

子ども医療費助成・ひとり親家庭等医療費助成

岡国保医療年金課 (☎017-734-5345)、浪岡振興部健康福祉課 (☎0172-62-1153)

市では、「子ども医療費」「ひとり親家庭等医療費」助成として、対象者が医療機関などで受診した際の保険診療に係る医療費のうち、自己負担分を助成しています。

助成を受けるには事前の申請が必要です。また、所得制限などの要件があります。

子ども医療費助成

【対象者】本市に住所があり、各種健康保険に加入している0歳～中学3年生の子ども
※青森市国民健康保険加入の0歳児は、保護者の所得制限がありません。

ひとり親家庭等医療費助成

【対象者】本市に住所があり、各種健康保険に加入している
・ひとり親家庭の父または母及び子ども
・父母のどちらかが重度心身障がい者である家庭の障がい者ではない父または母及び子ども
・父母のいない子ども
※子どもは18歳までの未婚者に限ります。

現在、助成を受け、所得が限度額内にあるかたには、新しい医療証または受給資格証を7月末までに郵送します。



岡国保医療年金課 村上