



# ハンズ太白通信 第70号

【発行】 障害者相談支援事業所ハンズ太白

『ハンズ』とは、地域で安心して生活するため手と手をつなぎ支え合いの輪を広げ『手を取り合って』という思いを込めて名付けられました。

## 【 もくじ 】

1. 「限度額適用認定証」ご存じでしたか？
2. 生活支援講座のお知らせ
3. 熱中症を防ごう、休館日のお知らせ



## 1. 「限度額適用認定証」ご存じでしたか？

(医療費の支払いが限度額までになります)

入院するときや高額な外来診療を受けるとき、保険証と併せて「限度額適用認定証」を医療機関に提出することにより、窓口でお支払いいただく金額1か月あたりの自己負担限度額までとなります。

市町村民税が非課税世帯の方については「限度額適用・標準負担額減額認定証」を医療機関等に提示することにより、食事代等についても減額になります。

医療費が高額になると思われる場合は、保険証をお持ちの上でお住まいの区の区役所や総合支所の国民健康保険担当課にご相談いただき、あらかじめ限度額適用認定証の交付を受けてください。

※マイナンバーカードで受診できる医療機関では、マイナンバーカードまたは保険証を提示して、情報提供に同意することにより自己負担限度額までの負担となります

(限度額適用認定証は不要です)。マイナンバーカードの健康保険証利用についてもご覧ください。

- 保険料を滞納している場合で、「短期保険証」や「資格証明証」が発行されている世帯の方は、限度額適用認定証の交付は受けられません。
- 入院時は、医療費のほかに、食事療養費や生活療養費にかかる負担が必要になります。
- 限度額適用認定証の交付を受けている方は、有効期限が到来する際に、新しい認定証を郵送しています。ただし、70歳未満の方で、およそ一年間入院または高額な外来診療を受けていない方へは送付されない場合があります。

### 70歳以上75歳未満の方

- 市町村民税非課税世帯（世帯主および被保険者全員が市町村民税非課税の世帯）の方へ「限度額適用・標準負担額減額認定証」を交付します。
- 適用区分が「現役並みⅠ」および「現役並みⅡ」に該当する方へ、「限度額適用認定証」を交付します。（適用区分については、仙台市HPをご確認ください。）
- 保険証、高齢受給者証と併せて医療機関へ提示してください。

### 交付申請に必要なもの

- 保険証（郵送による届出の場合は写し）
- マイナンバーのわかるもの（マイナンバーの記載がなくても申請することは可能です）
- 市町村民税非課税世帯で、過去12か月間の入院日数が90日（市町村民税非課税区分に該当する期間のみ）を超える場合は、入院した期間を確認できる領収書を添付してください。

### 郵送による届出を希望される方

- 限度額適用認定証または限度額適用・標準負担額減額認定証の交付申請については、郵送による届出が可能です。提出先や申請書等のダウンロードは国民健康保険限度額適用認定証交付申請証（郵送による届出）をご確認ください。

お問い合わせ、申請・届出は、お住まいの区の区役所または総合支所までお願いします。

あおばくやくしよほけんねんきんか 青葉区役所保険年金課	022-225-7211 (代表)
あおばくみやぎそうごうしよほけんねんきんか 青葉区宮城総合支所保険年金課	022-392-2111 (代表)
みやぎのくやくしよほけんねんきんか 宮城野区役所保険年金課	022-291-2111 (代表)
わかばやしやくやくしよほけんねんきんか 若林区役所保険年金課	022-282-1111 (代表)
たいはくくやくしよほけんねんきんか 太白区役所保険年金課	022-247-1111 (代表)
たいはくくあきゅうそうごうしよほけんふくしか 太白区秋保総合支所保健福祉課	022-399-2111 (代表)
いずみくやくしよほけんねんきんか 泉区役所保険年金課	022-372-3111 (代表)
けんこうふくしきょくほけんねんきんか 健康福祉局保険年金課	022-214-8171

## 2. 生活支援講座のお知らせ



今年度は、次の内容の生活支援講座を実施する予定です。

れいわ ねん がつ 令和5年9月	しょうがいねんきん かん 障害年金に関すること
れいわ ねん がつ 令和5年11月	とくしゆさぎ かん 特殊詐欺に関すること
れいわ ねん がつ 令和6年2月	しゅうろうしえん かん 就労支援に関すること

講座は、外部機関の講師を招いて行います。

皆様の中で、わからないことや聞いてみたいことを伺える機会であることまちがい

無しです。

皆様のご参加を

お待ちしております！！

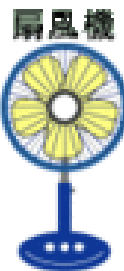


### 3. 熱中症を防ごう

熱中症は日差しのある屋外で起こるイメージがありますが、室内でも熱中症の危険があります。熱中症予防対策を知り、この夏を上手に乗り切りましょう！

#### 自宅でできる熱中症予防

- 扇風機やエアコンを上手に使用する。・通気性のある衣服を着用する。
- のどが渇いていなくても水分補給をする。・こまめな休憩をする。
- 保冷剤や冷たいタオルで体を冷やす。・外出時は帽子や日傘を使用する。



熱中症アラート発表時は、なるべく外出を控え、暑さを避けましょう！



#### 休館日のお知らせ



7月3日(月)、10日(月)、17日(月)、24日(月)、31日(月)  
 8月7日(月)、12日(土)、14日(月)、21日(月)、28日(月)  
 9月4日(月)、11日(月)、18日(月)、25日(月)  
 10月2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)、30日(月)

「ハンズ太白」、ハンズ通信に関するご意見、ご感想は下記までご連絡下さい

仙台市太白障害者福祉センター内障害者相談支援事業所ハンズ太白

電話・FAX:022-308-8834

〒982-0012 仙台市太白区長町南一丁目6番10号

Eメールアドレス: hands-ta1@shinsyou-sendai.or.jp