

# 平成28年度 チョイと健康フェスティバル

各地域で活躍している高浜市健康づくり推進委員が、活動の成果を発表する『チョイと健康フェスティバル』を今年も開催します！もっと元気に、健康になれるコツを提案！

参加型発表会、チョイフェスへご家族でぜひ参加してください！

と き 2月5日(日) 午前9時30分～正午

ところ いきいき広場 3階

★健康チェックコーナー 血圧・体組成・骨密度を測定しよう！

★健康体操コーナー 筋トレ、ウォーキングのコツなど

★キッズコーナー 子ども向けのゲーム  
バルーンアートのプレゼント など

★今年度の活動発表

★試食コーナー

★健康宝くじ 健康一口メモつき宝くじをしていただきます。  
プレゼントつきです！

※参加無料



▲キッズコーナー



▲体組成測定

## 私たち健康づくり推進委員が開催します

健康づくり推進委員は、各町内会から推薦された36人が3つのグループ(きた・みなみ・ひがし)に分かれ、地域で「健康にいいこと」を広めています。



問合せ先 いきいき広場内保健福祉グループ ☎ 52-9871

国民健康保険・後期高齢者医療  
加入者の皆さんへ

## 所得がない方も申告をしてください



世帯の所得金額が基準額よりも少ないと、保険税・保険料が安くなる場合があります。

申告がないと該当するかどうかを判定できませんので、所得が0円でも忘れずに申告をしてください。

◇所得が少ない場合や、市民税が非課税の場合など、一定の要件を満たすと保険税・保険料が軽減されます。

※国民健康保険は、国保に加入していない世帯主の所得も含めて軽減などの判定をします。

◇入院したときの食事代が安くなったり、高額な医療費がかかったときの自己負担限度額が少なくなる制度もあります。入院などで「限度額適用認定証」を利用するためにも、申告が必要です。

◇所得がなかった方は、「所得がなかったこと」を申告してください。

問合せ先 市民窓口グループ ☎ 52-1111 国民健康保険担当 (内線 219・261)  
後期高齢者医療担当 (内線 227・217)