

介護保険負担限度額認定証更新のご案内&介護保険負担割合証を郵送します



現在発行している介護保険の限度額認定証（緑色）と負担割合証（紫色）の有効期限は、7月31日までとなります。それぞれの更新や送付の時期についてお知らせします。

介護保険負担限度額認定証（緑色）の更新手続きについて

8月1日以降有効な限度額認定証の交付を受けるには、申請手続きが必要です。

7月31日期限の認定証をお持ちの人には、7月中旬頃に「有効期間終了のお知らせ」を郵送します。新しい認定証の申請が可能な人には申請書を同封しますので、ご利用ください。8月末までに手続きをされると、8月1日から有効な認定証の交付を受けることができます。

申請には預貯金等の確認が必要となるため、定期預金も含めた全ての通帳をご準備ください。（配偶者がいる場合は配偶者の分も必要です。）

詳しくは、郵送されたお知らせをご確認ください。

介護保険負担割合証（紫色）の郵送について

負担割合証の更新手続きは不要です。介護保険のサービスを利用している人（介護認定を受けている人や事業対象者）には、7月中旬頃に8月1日から有効な負担割合証を、特定記録郵便※にて郵送しますのでお受け取りください。

※特定記録郵便…配達状況の記録が残る郵便で、郵便受箱に投函されます。

受け取りのサインなどは不要です。

問合 健康福祉課 ☎ 72-1229（高齢者支援係）
☎ 72-1677（地域包括支援センター）



食生活改善推進員（食改さん）の活動について



食改さんとは、「私たちの健康は私達の手で～のばそう健康寿命 つなごう郷土の食～」をスローガンに食生活改善に向けて活動を行っている団体です。今回は、災害時に役立つ『パッククッキング』を実施しました。年に数回、調理実習などを行い、美味しく楽しく活動し、山都町の健康づくりに貢献しています。



パッククッキングで作ったメニュー

- ①ごはん、②玉子豆腐
- ③鮭のトマト仕立て
- ④野菜のクリーム煮

『パッククッキング』とは、食材や調味料を耐熱性のポリ袋に入れて湯せんする調理法です。少ない水で複数の料理を同時に作れ、災害時や日常の時短調理として注目されています。

食改さんでは、健康を通じて地域を盛り上げる新しい仲間を募集中です！

食に関心がある方、楽しく活動してみたい方、ぜひお気軽にお問い合わせください。

問合 健康福祉課 ☎ 72-1295