



## 新しく社会保険などに加入した人へ

### 国民健康保険の「脱退手続き」はお済みですか？

～ 自動的に脱退にはなりません！ 必ず届け出が必要です ～



Q. 就職や家族の扶養に入って、新しく社会保険に加入したけど、手続きしなくても大丈夫ですよね？



A. 新しい保険に加入しても、自動的に国保の脱退とはなりません！ 届け出がないと国保税が課税されたままになってしまいます。必ず手続きをお願いします！



#### 【スマホで簡単！】電子申請

スマートフォンから、いつでもどこでも手続きができます！（※電子申請に必要なものはリンク先でご確認ください）

申請はこちらから→



#### 【窓口で手続きする場合】必要なもの

- 新しい健康保険の資格情報がわかるもの（資格確認書、お知らせなど）
- 多久市が発行した書類（資格確認書、お知らせなど）
- マイナンバーがわかるもの  
※脱退する全員分が必要です



#### ■医療機関の受診にご注意を！

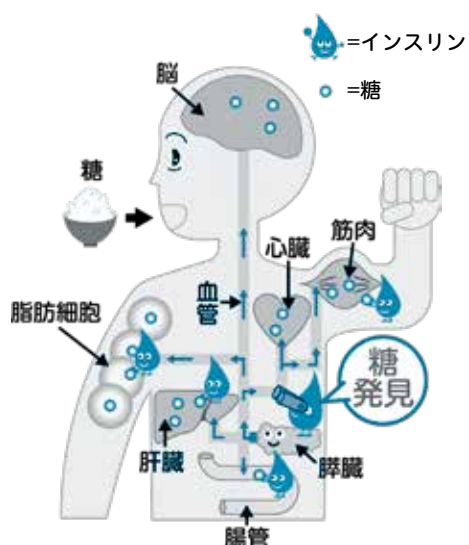
脱退手続きが遅れても国保の資格は「新しい保険の加入日」にさかのぼって喪失します。医療機関を受診する際は、加入保険が変わることを必ず医療機関の窓口へ伝えてください。

問い合わせ

市民課 保険年金係 ☎0952-75-2159

## あなたのインスリン、お仕事できていますか？

9月号にて、今年の公民館で受ける特定健診では、①インスリン分泌能力（インスリンを出す力）や②インスリン抵抗性（インスリンの効きにくさ）を確認できることをお伝えしました。



インスリンが効きにくくなると、体は正常な血糖値に下げようと、すい臓から普段の何倍ものインスリンを分泌して補おうとします。この状態が続くと、すい臓が疲れ果ててインスリンを十分に作れなくなり、血液中に糖があふれてしまいます。

その血液にあふれた過剰なインスリンや糖が、血管の壁を傷つけてしまい、動脈硬化が進み、心筋梗塞や脳卒中などの発症リスクを高めます。

インスリンが効きにくくても、自覚症状はありません。特定健診で、その可能性を確認し、早めに生活習慣を見直すことで改善できます。

問い合わせ

健康増進課 健康増進係 ☎0952-75-3355