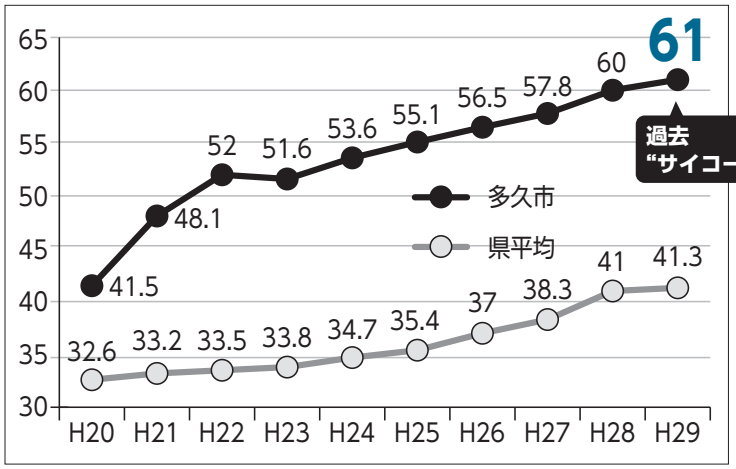
記録更新!!

特定健診が始まって今年度で12年目となりました。国民健康保険加入者のみなさんにも特定健診の大切さをご理解いただき、多くの人に受診いただくようになりました。

年々受診率が上がり、平成29年度は**61％**と**過去最高**となり、全国の市・区（814市・区）の中で、特定健診受診率が**4位**、特定保健指導実施率が**7位**という結果に、厚生労働大臣から、労いと励ましのメッセージをいただきました！

【特定健診受診率の年次推移】



◉特定健診は受けた後が肝心です！

一人ひとり顔がちがうように、健診結果（体の状態）も一人ひとり違います。

健康増進課の地区担当のスタッフが、**一人ひとり**に結果をわかりやすく説明します。

どのような生活習慣が今の検査結果につながっているのかなど、**担当保健師・管理栄養士**が**あなたのライフスタイルに合わせながら、あなたにあった生活習慣改善のコツや工夫を一緒に考えます！**

健診結果は、外からの**見た目では分からない体の状態を教えてくれ、**将来まであなたの**健康**と**生活・財産**を**守る**大事なものです。

自分の“からだ”に目をむけて、“健康”を維持しましょう!!

国保通信

国民健康保険税の納税通知書を６月中旬に発送します

令和元年６月に、※1平成31年度の国民健康保険税（以下、国保税）を納税通知書でお知らせします。

国保税は、**４月から翌年３月までの１年分の税額を６月から翌年３月までの10回でお支払いいただきます**（１年間国保加入の場合）。

平成31年度の国保税の各月の納期限は下表のとおりです。

【納付方法で同封内容が異なります】

①納付書納付の期がある人 …… 通知書と納付書

②納付書納付の期がない人（口座振替か特別徴収（年金天引）の人）…… 通知書のみ

◎口座振替の振替日　毎月25日（25日が土、日、祝日の場合は翌営業日）

国民健康保険は助け合いの制度です。

国民健康保険税は納期限までに納めましょう！

※1通知書では、平成31年度と表示しますが、当該表示で有効となります。

期　別	１　期	２　期	３　期	４　期	５　期
納期限	令和元年 ７月１日(月)	７月31日(水)	９月２日(月)	９月30日(月)	10月31日(木)
期　別	６　期	７　期	８　期	９　期	10　期
納期限	12月２日(月)	12月25日(水)	令和２年 １月31日(金)	３月２日(月)	３月31日(火)

問い合わせ　市民生活課 保険年金係　☎75－2159