

表 クーリングシェルター開設場所（指定番号順）				
	名称	住所	開放日	受入人数
公 共 施 設	市役所	二宮350	月曜～土曜日 午前8時30分～午後5時15分 (水曜日は午後8時まで)	5～10人
	五日市出張所	五日市411	毎日 午前9時～午後9時30分	8人
	中央図書館	秋川1-16-2	月曜～木曜日 午前10時～午後8時 (第3火曜日休館) 土曜・日曜日、祝日 午前10時～午後6時	12人 (相席含む)
	東部図書館エル	野辺39-27	火曜～日曜日 午前10時～午後6時 (水曜日は午後8時まで)	6人
	五日市図書館	五日市368	火曜～日曜日 午前10時～午後6時 (木曜日は午後8時まで)	5人
	中央図書館増戸分室	伊奈1157-5	火曜～日曜日 午前10時～午後6時	2人
	中央公民館	二宮683	原則 午前9時～午後10時 ※第1・第3・第5火曜日は休館(祝日の場合は開館)	約30人
	秋川ふれあいセンター	平沢175-4	月曜～金曜日 午前8時30分～午後5時15分	30人
	みどり薬局五日市	五日市72	月曜～土曜日 午前9時～午後6時30分	3人
	みどり薬局上町	五日市973	月曜～土曜日(木曜日は除く) 午前8時30分～午後6時(土曜日は正午まで)	5人
民 間 施 設	みどり薬局草花	草花1439-8	毎日 午前9時～午後7時 (土曜・日曜日、祝日は午後5時まで)	5人
	みどり薬局東秋留	二宮1021-7	毎日 午前9時～午後6時30分(水曜日は午後5時、 土曜日は午後1時、日曜日は午後0時30分まで) ※第2・第4日曜日は休業	5人
	みどり薬局	引田92-4	月曜～土曜日 午前8時30分～午後6時30分 (土曜日、祝日は正午まで)	5人
	中川薬局あきる野店	草花2730-4	月曜～土曜日 午前9時～午後6時30分	5人
	こすげ薬局	野辺375-1	月曜～土曜日 午前9時～午後7時(祝日は除く)	3人
	こすげ調剤薬局	野辺1001-5	月曜～土曜日 午前9時～午後6時 (正午～午後2時30分は除く。水曜・土曜日は正 午まで、祝日は除く)	2人
	井上薬局	五日市148	水曜・木曜日 午前10時30分～午後4時	4人

熱中症に注意しましょう

熱中症は、気温や湿度が高い環境下で体温の調整がうまくいかず、めまいやだるさなど様々な症状が起こる状態をいいます。正しい知識と適切な行動で熱中症を防ぎましょう。

▼熱中症予防の5カ条 例年、梅雨明けから8月末の期間に救急搬送が急増しています。気温や湿度の高い日には無理をせず、適切に扇風機やエアコンを使用しましょう。

●飲み物を持ち歩こう…いつでも水分補給ができるように、飲み物を持ち歩きましょう。

●湿度に気を配ろう…湿度が高いときは、汗が蒸発しにくく体の中に熱がこもってしまいうため、熱中症にかかりやすくな

なります。

●休息をとろう…疲れているときは、熱中症にかかりやすいので、休息をとるようにしましょう。

●バランスの良い食事をとろう

●声をかけ合おう…特に、お年寄りや子どもは周囲の方から見守りや声かけをお願いし

ます。

●熱中症特別警戒アラートの運用が開始され、気温が著しく高くなり、重大な健康被害が生じるおそれのある場合に発表されます。市では、東京都に「熱中症警戒アラート」熱中症特別警戒アラート」が発表された時に、防災行政無線とメール配信で注意喚起を行います。

▼問合せ 健康課健康づくり係

令和6年度国民年金保険料免除・納付猶予申請を受け付けています

保険料の納付が困難な方は、未納のままにせず「国民年金保険料免除・納付猶予制度」の申請をしてください。現在、一部免除や失業を理由とした特例免除(納付猶予)の承認を受けている方で、令和6年度分(7月～令和7年6月分)の免除などを希望する方も、改めて申請が必要で

す。(前年度に翌年度以降の継続審査を希望し、全額免除または納付猶予が承認された方は申請不要)。審査対象者の前年所得を基に日本年金機構が審査します。国民年金保険料免除・

納税などには便利な口座振替をご利用ください

納付猶予制度は、申請月時点で2年1か月前まで遡って申請することができま

●承認を受けた期間の保険料は、過去10年以内であれば、あとから納めること(追納)ができます。

▼保険料免除制度 承認されると保険料の全額が一部が免除されます。

●審査対象者…申請者・世帯主・配偶者

▼保険料納付猶予制度 承認されると保険料の納付を猶予することができま

●審査対象者…申請者(50歳未満の方)・配偶者

▼持ち物 マイナンバーが確認できる書類が基礎年金番号が確認できる書類、運転免許証などの本人確認書類

※失業による特例の方は、雇用保険被保険者離職票か雇用保険受給資格者証、公務員の方は退職辞令(いずれもコピー可)

▼申請・問合せ

●保険年金課年金係

●青梅年金事務所 ☎ 042-8-30-3410

▼後期高齢者医療被保険者証 75歳以上の方(一定の障がいがあると認定された65歳以上の方を含む)全員を対象に7月下旬までに交付します。更新に合わせて、令和6年度の市・都民税の課税所得に応じて、医療機関などで支払う負担割合の見直しを行います。

▼限度額適用認定証「限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付

入院や高額な外来診療を受ける際に、窓口負担が減額される限度額適用認定証などの各種認定証の交付には、申請手続きが必要です。

※マイナンバーカードを健康保険証利用する場合は、申請手続きは不要です。

▼現在認定証をお持ちの方

●国保に加入の方…8月以降も必要な方は、更新手続きをしてください。申請書を7月中旬までに交付します。

※保険税に未納がある世帯の方は、認定証の交付が受けられない場合があります。

●後期高齢に加入の方…認定証をお持ちで8月以降も対象の方には、7月下旬に新しい認定証を送付します。

▼新規申請の方

●国保に加入の方…必要な方は、手続きしてください。

●後期高齢に加入の方…該当になる方には、申請書を8月下旬までに交付します。

▼手続きに必要なもの 申請書、被保険者証、マイナンバーが確認できるもの

▼申請場所 保険年金課、五日市出張所

「チョイソコあきる野」インターネット会員登録の受付開始



デマンド型交通実証実験「チョイソコ」の会員登録について、インターネットからの申し込みができるようになります。対象地域にお住まいの方は、この機会にぜひご登録・ご利用ください。

市ホームページ



申込みサイト



▼問合せ

●国民健康保険：保険年金課国民健康保険係

●後期高齢者医療制度：保険年金課後期高齢者医療係

介護保険負担割合証の更新

要支援・要介護認定を受けた方、介護予防・生活支援サービス事業対象者に「介護保険負担割合証」を7月上旬に交付します。

負担割合証には、介護サービスを利用した際の利用者負担の割合が所得などに応じて記載(1割、3割)されていますので、介護保険サービスを利用する際は提示してください。

●負担割合証の適用期間：毎年8月1日～翌年7月31日

※有効期限の切れた負担割合証は、個人情報を含むため、ご自身で破棄するか、高齢者支援課、五日市出張所の窓口へ返却してください(市民ポストに入れないでください)。

▼問合せ 高齢者支援課介護保険係(直通558-1969)

介護保険料額決定通知書を送付します

65歳以上の方(第1号被保険者)を対象に、介護保険料額決定通知書(納入通知書)を送付します。介護保険料の納め方など、詳しくは、通知書をご覧ください。

▼問合せ 高齢者支援課介護保険係(直通558-1969)

国民健康保険税納税通知書と後期高齢者医療保険料額決定通知書・納入通知書を送付します

国民健康保険税納税通知書は、国民健康保険の被保険者のいる世帯の世帯主に、後期高齢者医療保険料額決定通知書・納入通知書は、被保険者全員に、7月上旬から中旬までに送付します。

▼問合せ

●国民健康保険税：保険年金課国民健康保険係

●後期高齢者医療保険料：保険年金課後期高齢者医療係