

自宅からスーパーまで
送迎あり

買い物でリハビリテーション しませんか

あさひ健康
マイスター
チャレンジ
対象事業



体操を行った後、買い物をしながらリハビリを行います。外出機会が減って筋力が低下したり、1人で買い物に行くのを不安に感じたりしているかたは、ぜひお申し込みください。

と き	毎週火曜日(祝日・店休日を除く) 午前10時～正午
と ころ	イトーヨーカドー尾張旭店
内 容	姿勢改善や歩行を中心とした体操を行った後、店内で買い物を行う
対 象 者	市内在住の65歳以上で次の全てに該当し、自分で歩いて買い物をしたいかた ●外出機会が減り筋力の低下を感じる ●歩いてスーパーなどに行くのが難しくなり送迎に頼っている ●スーパー内では1人で買い物ができる ●現在通所サービスを利用していない
定 員	先着12人(初めて参加するかたを優先)
費 用	1回200円(買い物代は自費)
申し込み方法	リハビリフィットネス長久手(担当:相崎)に電話(☎64-5745)で(平日午前8時30分～午後5時30分)
そ の 他	●店舗へのお問い合わせは不可 ●申し込みの際に簡単な質問あり ●1人21回(初回は無料体験)まで参加可

問い合わせ先 / 市役所長寿課長寿支援係 ☎76-8143

高額医療・高額介護合算療養費の申請



内 容	同じ健康保険の世帯内で、令和4年8月～5年7月にかかった健康保険と介護保険の自己負担額を合算した支払額が、所得区分ごとの限度額を超えた場合、申請によりその差額が支給されます。
必要書類	●健康保険被保険者証 ●介護保険被保険者証 ●マイナンバーが分かるもの ●振込先が分かるもの(通帳など) ●申請のお知らせ(届いたかたのみ) ※計算期間中に本市以外の健康保険や介護保険に加入していたかたは、その保険の自己負担額証明書が必要な場合あり
そ の 他	●国民健康保険や後期高齢者医療制度に加入し、支給の対象になると思われるかたには、申請のお知らせを送付 ●お知らせが届かないかたでも、計算期間中にお住まいの市町村や加入する健康保険が変わった場合、自己負担額を合算すると該当になる場合あり

保険種別	申請・問い合わせ先
国民健康保険	市役所保険医療課国保年金係 ☎76-8151
後期高齢者医療制度	市役所保険医療課高齢者医療係 ☎76-8153
介護保険	市役所介護保険課介護保険係 ☎76-8144
その他職場などの健康保険	各健康保険

※令和5年7月31日現在加入の健康保険により、問い合わせ先が異なります