

春季道路愛護の実施について

令和7年4月20日（日） 午前8時から

（延期の場合：令和7年5月18日（日） 午前8時から）

※ 原則、雨天決行ですが、災害級の荒天の場合は延期する場合があります。

※ 延期の場合は、当日の午前7時に防災無線でお知らせします。

- 実 施 区 域 村内一円
- 作 業 内 容 路面の清掃
路肩の除草
側溝の清掃
カーブミラーの清掃
交通の支障となる竹木の枝切り など
- 土砂等の処理 作業で発生した草や土砂は、榛東中学校西側の村有地に搬入してください。
土砂に混入しているゴミは、分別をお願いします。
- お 願 い

道路愛護活動は、地域住民が主体となって日常使用している道路の美化と安全を図り、きれいなまちづくりに資することを目的として実施するものです。

- ・ 作業に必要な道具は、ご自身でご準備ください。
- ・ ご自身並びに周囲の安全を十分に確保した上で作業してください。
- ・ 現場の状況に応じて、安全対策を講じた上で作業してください。

道路愛護に関するお問い合わせは

榛東村役場建設課 Tel 0279-26-2609まで

渋川地区在宅医療介護連携推進事業 映画上映会

無料

定員
500名
(先着順)

人生、いつ
整理する!?

高畑 淳子
橋爪 功
水野 勝
剛力 彩芽
松下 由樹

【あらすじ】

来年結婚50年を迎える大原夫妻は喧嘩ばかりの日々。ある日娘に誘われ終活フェアに参加した妻は、前向きに終活を考え始める。しかし夫は「縁起でもない」と嫌がり、更に夫婦の危機の予感! 果たして、大原夫妻の「お終活」の行く末は? 「熟年の青春=熟春」を明るく迎えるための、笑って・泣けて・役に立つヒューマンコメディ!

【上映時間 113分】

監督・脚本 香月秀之

【参考図書】

「定年夫婦のトリセツ」
(SB 図書) 黒川伊保子

©2021「お終活」製作委員会

お終活

熟春! 人生、百年時代の過ごし方

2025年

3月23日 日

10:30～(開場・受付 10:00)

吉岡町文化センター

大ホール (吉岡町下野田472)

対象 渋川市・榛東村・吉岡町に在住、在勤の方

入場無料・申込不要

当日、会場にお越しください。

※定員に達した場合は、
入場をお断りさせていただきます。

【主催・問合せ】

渋川地区在宅医療介護連携支援センター
〒377-0008 渋川市渋川1760-1-2F
TEL 0279-26-3990
(9:00-17:00/ 土日・祝祭日除く)

同日開催

ハッピーエンディングノート書き方講座

参加費無料 申込不要 当日会場にお越しください

3月23日(日)9:20～9:50

吉岡町文化センター2階研修室

※定員60名



お口の健康は介護予防への第一歩。

今回は、健康を守るために欠かせない歯科受診について、歯科の先生にご寄稿いただきました。

毎日の歯みがきだけでは不十分かも？

歯科の定期受診で専門家のケアと病気の早期発見

1 定期的な歯科受診の重要性

お口の健康は、全身の健康に直結しています。定期的に歯科を受診することで、むし歯や歯周病の早期発見・治療が可能になります。

健康なうちに歯科受診を習慣化することで、将来のリスクを大幅に減らすことができます。

2 かかりつけ歯科医を持つ安心感

信頼できるかかりつけの歯科医師を持つことで、長期的な健康管理がスムーズに行えます。

定期受診により、オーラルフレイル（お口の機能低下）も予防できます。

※オーラルフレイルをそのままにすると、全身の機能低下につながります。

3 お口の健康を維持するための習慣

日常的な歯磨きやデンタルフロスの使用に加え、バランスの取れた食生活や定期的な専門家によるケアも重要です。

お口の健康を保つことで、認知症予防にもつながることが研究で明らかにされています。

お口の健康を保つことで、より長く、質の高い生活を送ることができるでしょう。

歯科に受診できない方は、歯科訪問診療の対象となります

歯科訪問診療の役割



身体や認知機能が低下した方を対象に、その方に合った計画に沿って、お口の環境を整え、リハビリを行うことで、**食べること、味わうこと、話すこと、表情をつくること** などができるようにお手伝いをします。



計画的・継続的に関わり、様々な職種と協力し、病気の進行を抑え、生活の楽しみを増やすことを大切にしています。

歯科訪問診療の対象者

病気やケガにより、通院が困難になった方に限られます。



歯科訪問診療の申込方法 以下の2とおりです



まずは、かかりつけ歯科医に相談



渋川北群馬歯科医師会のホームページから申込用紙をダウンロードし、FAXをする

渋川北群馬歯科医師会
FAX：0279-53-5580



渋川北群馬歯科医師会
QRコード

渋川地区在宅医療介護連携支援センター

渋川市渋川（長塚町）1760-1

渋川ほっとプラザ2階

TEL：0279-26-3990／FAX：0279-26-3903

お近くの医療機関・介護事業所を検索できます

渋川地区在宅医療介護連携支援センター

検索

<https://renkei-shibukawa.my.salesforce-sites.com/>



事業主のみなさま、 職場の健康保険事務担当のみなさまへ

退職や入社で、従業員の方の健康保険資格に異動があったとき、またはその被扶養者の資格に異動があったときは、国民健康保険（国保）にもその方の届け出が必要です。

そのようなときは、すみやかに **国保への加入、脱退の届け出をされるように従業員の方にご連絡** いただくとともに、退職時は離脱証明書の発行をお願いいたします。



従業員の方が入社したとき・
やめるとき

お願い



保険の二重加入を防ぐために

入社したとき

やめるとき

資格確認書または資格情報
のお知らせの発行に時間が
かかる場合は

資格取得日がわかる
証明書の交付

※マイナンバーを利用した情報連携
により、交付が必要でない場合も
あります。

離脱証明書
の発行

※マイナンバーによる情
報連携に反映されるよ
う、すみやかに従業員の
資格異動について協会
けんぽ、健康保険組合
等へ届け出てください。

職場の健康保険と国民健康保険（国保）

職場の健康保険に入っている人や75歳以上（一定の障害があ
る人は65歳以上）で後期高齢者医療制度に加入している人、生
活保護を受けている人を除くすべての人は、いま住んでいる市町
村の国保に加入することになっています。（これを「国民皆保険制
度」といいます。）

ところが、職場をやめて健康保険の資格がなくなったのに国保
へ加入届けをしなかったり、逆に入社して健康保険の資格がで
きたのに国保への脱退届けをしなかったり（二重加入）すること
があります。

これらの届け出が遅れると、その間の保険給付が受けられな
かったり、職場の健康保険と国保の両方に保険税（料）を支払う
ことになったりしてしまいます。健康保険の資格に異動があつた
ときは、すみやかに届け出をすることが大切です。

国民皆保険制度とは…

わたしたちは、いつ病気になったり、ケガをしたりするかわか
りません。いざというとき安心して医療が受けられるように、す
べての人は、いずれかの健康保険に必ず加入しなければなりま
せん。これを国民皆保険制度といいます。



〈職場をやめたとき〉



Q 職場をやめたら、
健康保険はどうなるのですか？

A 健康保険は、すべての人が必ず加入しなけ
ればなりません。そのため、次の4つのうち、
いずれかの手続きをする必要があります。

また、資格がなくなった健康保険証、資格確認書
または資格情報のお知らせは使用できません。*1

- 国民健康保険に加入
- 再就職先の健康保険に加入
- 今まで加入していた健康保険の任意継続（2年間）
[一定の条件が必要]
- 家族などの加入している健康保険に被扶養者として加入

*1保険者によって、使用できなくなった健康保険証、資格確認書ま
たは資格情報のお知らせの返却を求める場合があります。

Q 国民健康保険（国保）への加入に
は、届け出が必要ですか？

A はい、必要です。

こちらの手続きは、市町村国保担当窓口
で行えます。手続きには「社会保険の離脱証
明書」、「マイナンバーカード」（または「通知カード
*2」と「顔写真付き本人確認書類」）が必要です
ので持参してください。

※上記手続き（届け出に必要なもの）は、市町
村によって異なる場合があります。詳しくは
市町村の国保窓口にお問い合わせください。

*2通知カードは令和2年5月25日に廃止となりまし
た。ただし、通知カードに記載されている住所・氏
名などが住民票と一致している場合に限りマイナ
ナンバーの証明をすることができます。



職場の健康保険に加入していて、会社などを 退職・転職されたみなさまへ

会社などを退職したとき、健康保険の切り替えの手続きをしないでいると、今まで加入していた健康保険の給付が受けられずに全額自己負担となってしまうことがあります。そのようなことにならないよう国民健康保険への加入の手続きは、すみやかに行いましょう。



退職・転職したとき

(退職してから日にちを空けずに)
他の職場に再就職する人

再就職先の健康保険の被保険者となります。
※ただし、再就職先で健康保険に加入しない場合は、国民健康保険への加入手続きが必要です。

職場の健康保険を継続したい人

一定の条件を満たせば任意継続(2年間)ができます。

扶養家族になる人

家族が加入している健康保険の被扶養者となります。

自営業を営む人

再就職しない人

国民健康保険への加入手続きが必要です。

退職してから再就職までに日にちが空く人

※75歳以上の人(一定の障害がある人は65歳以上)は、後期高齢者医療制度の対象となります。
※加入する健康保険により、保険税(料)の金額が異なります。詳しくは各保険者にお問い合わせください。

●国民健康保険に加入していて、就職したとき

就職したとき、健康保険の切り替えの手続きをしないでいると、保険税(料)の過払いをしてしまうことがあります。

職場の健康保険に加入する人

国民健康保険からの脱退手続きが必要です。

国民健康保険(国保)への

加入の手続き

国保に加入するには、届け出が必要です。
届け出が遅れると、さかのぼって保険税(料)を支払ったり、医療費を全額自己負担したりしなくてはなりません。



届け出の方法

退職した日の翌日(国保の資格は、この日から発生)から14日以内に、本人がお住まいの市町村の国保窓口へ届け出てください。

届け出に必要なもの

「社会保険の離脱証明書」、「マイナンバーカード」(または「通知カード*」)と「顔写真付き本人確認書類」

※国民年金の加入手続きを同時にするときは、年金手帳も持参してください。
社会保険の離脱証明書については、退職された会社(事業所)へお問い合わせください。



脱退の手続き

国保を脱退するには、届け出が必要です。
届け出が遅れ、**国保の資格で受診してしまうと、国保分の医療費をあとで返さなくては**
いけなくなる場合や、健診費用を後日負担していただく場合があります。



また、届け出をしないと、保険税(料)を二重に請求されてしまうことになります。

届け出の方法

職場の健康保険に加入した日の翌日(国保の資格は、この日からなくなる)から14日以内に、本人がお住まいの市町村の国保窓口へ届け出てください。

届け出に必要なもの

「国保の被保険者証(有効期限内のもの)、資格確認書または資格情報のお知らせ」、「勤務先等から交付される資格確認書または資格情報のお知らせ」、「マイナンバーカード」(または「通知カード*」)と「顔写真付き本人確認書類」

*通知カードは令和2年5月25日に廃止となりました。ただし、通知カードに記載されている住所・氏名などが住民票と一致している場合に限りマイナンバーの証明をすることができます。

上記手続き(届け出に必要なもの)は、市町村によって異なる場合があります。詳しくは市町村の国保窓口にお問い合わせください。