

10月1日から国民健康保険の被保険者証が新しくなります

### 10月1日から国民健康保険の被保険者証が新しくなります

国民健康保険に加入されている世帯の方には、新しい被保険者証を9月下旬までに簡易書留で郵送します。届かない場合には国保年金課までご連絡ください。

用を希望する方は、医師または薬剤師にご相談ください。医薬品の切替が不安な場合はお試し期間を設けることもできます。

◎**あなたの意志で救える命があります！臓器提供の意思表示**

臓器移植は病気や事故によって臓器が機能しなくなった人に他の人の健康な臓器を移植して機能を回復させるという医療です。

◎**後発医薬品（ジェネリック医薬品）**を利用しましょう

医師から処方される薬には、先発医薬品（新薬）と後発医薬品（ジェネリック医薬品）があります。

先発医薬品の開発には長い年月と莫大な費用がかかります。そのため、一定期間特許で守られており、値段が高くなっています。

一方、ジェネリック医薬品は先発医薬品の特許期限がきた後に発売されるため、開発費が少なくすむので効能は同じでも先発医薬品より安価に購入することができます。医療費の節約のためにジェネリック医薬品を利用しましょう。

新しい保険証と一緒に後発医薬品（ジェネリック医薬品）をお願いカードと臓器提供意思表示カードが付いています。台紙から切り取り署名の上、活用してください。また、市役所国保年金課窓口にもカードを用意してありますので希望される方はお越しください。詳しくは、市役所国保年金課 ☎ 443-1139へ。

### 「早寝早起朝ごはん」

〜元気をつくる合言葉〜

規則正しい睡眠と毎日の朝ごはん。生活リズムは、子どもの健やかな成長のため、エネルギー源です。朝食をとることに、からだにエネルギーを補給し、集中力ややる気、体力を發揮し持続させ、一日のからだのリズムを整えることが

できます。さあ2学期のスタートです。ぜひ家庭で、そして地域社会全体で『早寝早起朝ごはん』を推進しましょう。詳しくは、市教育委員会 社会教育課 ☎ 443-1464へ。

### あらゆる人々にとっての男女共同参画

一龍斎春水が語る男女共同参画

市では男女共同参画社会実現に向け、県との共催により講演会を開催します。

今回は、講師に講師の一龍斎春水（いちりゅうさい）さんを迎えて講演・講談を行います。

春水さんは、宇宙戦艦ヤマトのヒロイン森雪、銀河鉄道999のガラスのクレア、シテイハンターの野上冴子刑事役など、声優・麻上洋子さんとしても有名です。

ぜひこの機会に、男女共同参画社会について考えてみませんか。※講演会の後、金子みすゞの生涯を題材とした講演を上演。

金子みすゞ：A C ジャパンのCMこだまでしょうかや私と小鳥と鈴と（みんな

ちがってみんないい）で有名な童謡詩人。とき 10月16日(日) 午後2時〜午後3時30分 八街中央中学校 ※駐車場に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。 演題 〈あなたらしく輝いて〉 優しい言葉・やさしいまなざし 定員 100人(申込順) ※参加無料・手話通訳あり ※2歳以上就学前のお子さんの託児を希望される方は、申し込み時にお申し出ください。 申し込みなど詳しくは、市役所企画課 ☎ 443-1114へ。

### 市スポーツプラザトレーニング室の無料開放を行います

はトレーニングにご質問ください。

なお、都合によりトレーニングの配置時間が変わる場合や配置できない場合もありますので、トレーニングの指導を希望される場合には来場前に必ず電話で確認してください。

利用人数が10人を超える場合、利用開始時間の調整をさせていただきます。申し込みなど詳しくは、市スポーツプラザ ☎ 443-8003へ。

※各日午後2時から5時までの間はトレーナー（体育指導委員）を配置します。効果的な運動方法や、機械の使用など不明な点

### ノルディックウォーク体験教室

とき 9月11日(日) 午前9時〜10月16日(日) 午後2時〜12月18日(日) 午後2時〜 約2時間(雨天中止) 対象 市内在住・在勤・在学の未経験者 定員 15人 申込期限 実施日の前々日 費用 500円(ボールレンタル料※当日徴収) 申し込みなど詳しくは、市スポーツプラザ ☎ 443-8003へ。

### 9月の移動交番情報

開設日時	開設場所
8日(木)・15日(木) 午後3時〜4時	八街駅南口
8日(木) 午前10時〜正午	文違コミュニティセンター
15日(木) 午後1時30分〜2時30分	東吉田集会所
16日(金) 午後2時〜4時	富山コミュニティセンター

詳しくは、佐倉警察署 ☎ 484-0110へ。