

# 10月から国民健康保険の保険証が更新されます

## 新しい保険証は9月17日以降に国保加入世帯に郵送

現在ご使用の国民健康保険の保険証は、9月30日有効期限が終了します。

10月から使用できる新しい保険証が送られてきたら、ご使用前に次の事項をご確認ください。

### 加入者分の保険証があるかどうかの確認を

保険証は世帯主様あてに各世帯分を一括送付します。

届きましたら、加入者全員分の保険証が同封されているかご確認ください。

### 内容の確認を

記載内容に誤りがないかご確認ください。万が一、誤り

等がありましたらご連絡をお願いします。

### 有効期限は9月末

新しい保険証の有効期限は、平成23年9月30日までとなっています。

なお、平成23年9月30日までの間に「75歳に達する方」、「退職国保資格で65歳に達する方」などは、有効期限が異なっています。

### 新しい保険証の色は

一般用が藤色、退職用が黄色となります。

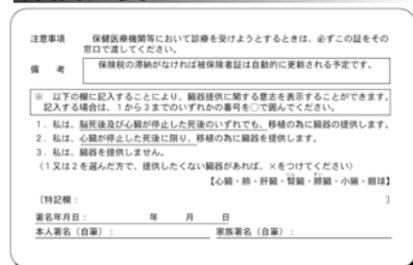
送付用の台紙からはがし、カード型保険証を医療機関

### 保険証表面



国民健康保険の保険証は、1人1枚のカード型です。

### 保険証裏面



臓器提供（拒否含む）の意思表示が可能になっています。

に提示してください。

高齢受給者証や福祉医療受給者証をお持ちの方は、保険証に受給者証を添えて提示してください。

### 古い保険証は破棄を

古い保険証は、間違いを避けるため必ずご自分で破棄してください。

高齢受給者証（緑色）、介護保険証（肌色）、福祉医療受給者証（薄緑色）などと同様に注意してください。

### 臓器提供意思表示欄について

今回の保険証から、裏面に臓器提供意思表示欄が設けられました。この欄への記入は任意であり、記入の有無、記入内容が保険証使用に影響することはありません。

### 記入方法等は同封のパンフレットを参照ください。

### 国民健康保険税は納期までに納めましょう

国保税は加入者の皆さんの医療費に充てられる大切な財源ですので、納期までの納付に引き続きご協力をお願いいたします。

# 第15回 飯山市消費生活展開催のお知らせ

「未来につながる 飯山の食と環境」をテーマに、第15回飯山市消費生活展開催を行います。市内各消費者団体で企画したコーナーでは、郷土料理の試食・展示、笹ずし・凍り豆腐・野菜等の販売、廃油から作る石けんや生ごみから作る堆肥の実演、リサイクルマーケットなど様々な催しが用意されています。当日は

総合学習センターフェスティバルと同時開催です。ご近所お誘い合わせのうえ、ぜひお出かけください。

### 開催日時

10月3日(日) 午前10時～午後3時

### 場所

飯山市公民館講堂

参加団体 飯山食文化の会、飯山市食生活改善推進協議会、飯山市農村女性団体連絡会、飯山くらしの会

## すこやか親子料理教室参加者募集

小学生頃の食生活は、両親をはじめ同居家族の影響を受ける傾向にあり、正しい食習慣を身につけるには、家族全員で健康づくりを行う必要があります。

今回開催する「すこやか親子健康料理教室」を通して、親子で楽しみながら、バランス良く食事をとることの大切さについて考えてみましょう。

■日程（時間：9時～12時）  
1回目 11月13日(土)  
2回目 11月28日(日)

■対象 小学生とその親

■参加費 一人250円

■その他 3回すべて参加が原則となりますが、どれか1回のみ参加も可能です。

■場所 飯山市保健センター（飯山市役所前）

■連絡先 電話：026-233-5501

【アナログテレビ放送終了まであと1年！地デジカ！おすみですか？】

アナログ放送は、平成23年7月1日からの放送終了のお知らせ画面等の表示を経て、7月24日正午ですべての放送が終了します。それまでの間に、地上デジタル放送を視聴するための準備をしないとテレビを見ることができなくなります。地上デジタル放送を視聴するには、新たにデジタルテレビを購入するほか、アナログテレビに地デジチューナーを取り付ける方法もあります。また、iネット飯山への加入者は、平成27年3月まで、アナログテレビのままでご覧いただけます。地デジの準備に当たり、「何をすればよいか分からない」という方は、デジサポ（総務省テレビ受信者支援センター）がお手伝いします。

【アナログテレビ放送終了までの画面イメージ】

2011年7月1日 実際の表示内容、表示形式、時期等は今後変更される場合があります。

2011年7月24日正午 アナログ放送は映りません。

【地デジに関するお問い合わせ】 デジサポ長野 ☎ 026-233-5501  
【iネットに関するお問い合わせ】 株テレビ飯山 ☎ 81-3000

## 「お問い合わせ」市民環境課 生活環境係 ☎3111 内線191・192

# 廃食用油の回収を行います

飯山くらしの会と市民環境課では、揚げ物に使った残りなど、使い古しの食用油を回収します。お持ちいただいた方には、廃食用油から作った石けんを差しあげます。

きれいな水と環境を守るため、この機会にぜひ使い古し

の食用油をお持ちください。 ※ゴミや水の混ざった油、ラード、エンジンオイルは回収できません。

■日時 9月27日(月) 午前9時から11時

■場所 飯山市克雪センター前車庫（市役所西側）

第10回 いいやま花フェスタ ～“花”と“和”のおもてなし～

# 「寺町花街道」

10/2(土)・3(日) 雨天 愛宕町雁木通り

歩行者天国 2日10:00～3日15:30

【お問い合わせ】 花フェスタ実行委員会（都市計画課内） ☎ 62-3111 内線 241・244

### ■イベント内容

- 10月2日(土)
  - 10:00 オープニングセレモニー（中央幼稚園）
  - 13:30 寄せ植え（鉢植え）講習会
  - 15:00 善光寺雅楽演奏
- 10月3日(日)
  - 10:30 コスモス音楽祭 ～花と緑の屋外コンサート～
    - 声楽：山崎 浩、沼田秀美
    - マリンバ：上海亮子、坂東里香
    - オカリナ：「蔵の社」永山 浩、塩崎泰治
  - 12:00 コケ玉講習会
  - 14:00 寄せ植えコンテスト表彰式



### ■その他のイベント

飯山の寺町情緒あるれる雁木通りいっばいに、住民の皆さんが丹精込めて育てた花々が飾り付けられます。あわせて、各種イベントや花などの販売なども行われます。また、今年は神明町、北町、仲町通り沿道もプランターによる飾りつけが行われます。癒しと安らぎの時間をお楽しみに、ぜひお出かけください。

寄せ植え・壁掛け・コケ玉等の展示、無料伝統工芸体験、花苗販売、郷土料理・銘菓等の販売、どんぼ玉づくり体験、マスコットづくり体験、お抹茶処、軽食販売など

「寄せ植え講習会」参加者募集

日時：10月2日(土) 13:30～15:00  
会場：愛宕町雁木通り（花フェスタ会場内）  
講師：小山征男 先生（高崎市中央植物園）  
募集人数：15名（定員になり次第締切）  
参加費：2000円  
申込方法：実行委員会へ電話で申し込み

「コケ玉講習会」参加者募集

日時：10月3日(日) 11:00～12:30  
会場：愛宕町雁木通り（花フェスタ会場内）  
講師：佐藤宏子 先生（須坂市みやま山草苑）  
募集人数：15名（定員になり次第締切）  
参加費：2000円  
申込方法：実行委員会へ電話で申し込み

【同時開催】  
第19回 寺巡り寺宝展

【お問い合わせ】 飯山商工会議所 ☎ 62-2162

各寺社が門外不出のお宝を公開。この機会にぜひご覧ください。