

**保険証とマイナンバーカードが一体化  
知っておきたいマイナ保険証**

**問い合わせ** 国保課（市庁舎1階、☎65・4138）  
戸籍住民課（市庁舎1階、☎65・4234）

## 健康保険証の新規発行が終了します

12月2日以降、現行の健康保険証（国民健康保険被保険者証および後期高齢者医療被保険者証）は新規発行できません。

市が発行した12月1日時点で有効な健康保険証は、12月2日以降も表記されている有効期限までは利用できます。

### ■ 今後はどのように受診するの？

マイナンバーカードに健康保険証利用登録をした「マイナ保険証」を利用して受診します。

#### マイナ保険証を利用するメリット

- ・過去に処方された薬や健康診断などの情報が医師などに共有され、データに基づく最適な医療が受けられるようになります。
- ・高額療養費制度における限度額を超える支払いが、手続きなしで免除されます。

### ■ マイナ保険証を持っていない場合はどうなるの？

12月2日以降、マイナ保険証を持っていない人には、健康保険証の有効期限が切れる前に、「資格確認書」を交付します。（申請不要）

「資格確認書」を医療機関の窓口で提示することで、引き続き、保険診療を受けることができます。

マイナ保険証を保有していても、高齢者や障害がある人など一定の理由がある人や、マイナンバーカードを紛失した人などは、申請により資格確認書の交付を受けることができます。後期高齢者医療制度の人は暫定的な運用として、令和7年8月の年次更新までの間、マイナ保険証の保有状況にかかわらず「資格確認書」を交付します。



**とっても簡単** **マイナ保険証の使い方**

- 1 受付開始**  
医療機関の受付へ行き、カードリーダーにマイナンバーカードを置く。
- 2 本人確認**  
顔認証 または 暗証番号入力
- 3 同意の確認**  
過去の情報を利用いたします  
同意しない 同意する  
診療、服薬、健診情報の利用について確認。
- 4 受付完了**  
カードを取り出す。

**マイナンバーカードの健康保険証利用登録**

医療機関・薬局の受付（カードリーダー）や、マイナポータル、セブン銀行ATM、市役所（国保課、戸籍住民課）で利用登録ができます。登録にはマイナンバーカードと暗証番号（数字4桁）が必要です。暗証番号が分からない、電子証明書の有効期限が切れているなどの場合は、戸籍住民課へお越しください。

**マイナンバーカードの申請**

**【申請書を持っている人】**  
オンライン（パソコン・スマートフォンから）または郵送で申請してください。

**【申請書を持っていない人】**  
住民票の住所に申請書を郵送します。戸籍住民課へ問い合わせください。

上記の方法が難しい場合は、戸籍住民課窓口で申請できます。大変混みますので、時間に余裕を持ってお越しください。詳細は、市ホームページを確認するか、戸籍住民課へ問い合わせください。

市ホームページID.1014706

**こどもの未来を守るために**  
11月は児童虐待防止推進月間です

**子ども虐待防止 オレンジリボン運動**

**問い合わせ**  
子育て支援課（東8南13、保健福祉センター内、☎25・9700）

## 「児童虐待」とは？

子どもを守るべき立場の保護者が、子どもの心身を傷つけ、健やかな成長・発達を損なうことをいいます。

<p><b>身体的虐待</b></p> <p>殴る、蹴る、たたく、投げ落とす、激しく揺さぶるなど</p>	<p><b>性的虐待</b></p> <p>子どもへの性的行為、性的行為を見せるなど</p>
<p><b>ネグレクト</b></p> <p>食事を与えない、不潔にする、病気になっても病院に連れて行かないなど</p>	<p><b>心理的虐待</b></p> <p>言葉による脅し、無視、きょうだい間の差別、子どもの前でDVをするなど</p>

## しつけと体罰の違いって？

<p><b>しつけとは…</b></p> <p>子どもの人格や才能などを伸ばし、社会的に自立することを目的とした行為</p>	<p><b>体罰とは…</b></p> <p>子どもの身体に苦痛、または不快感をもたらす行為（子どもの成長・発達に悪影響）</p>
--	---

**児童虐待は社会全体で解決していくべき問題です**

**虐待を知らせるSOSサイン**

保護者の怒鳴り声や子どもの泣き声が聞こえたり、子どもの様子がいつもと違うと感じたら、SOSのサインかもしれません。

<p><b>子ども</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・不自然な傷やあざがある</li> <li>・食事を十分に摂っていないなどの兆候が見られる</li> <li>・衣類や体がいつも汚れている</li> <li>・表情が乏しい、活気がない、突然攻撃的になる</li> </ul>	<p><b>保護者</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもの養育に関して過度に厳しいまたは無関心である</li> <li>・地域などと交流が少なく孤立している</li> <li>・小さい子どもを家に置いたまま外出している</li> </ul>
---	---

**「児童虐待かも」と思ったらまずは相談を！**

児童虐待を疑う場合は、相談窓口にご連絡ください。周囲の大人のちょっとした気付きが、子どもを虐待から守り、保護者を救うきっかけにつながります。

※連絡者や連絡内容の秘密は守られます

**児童相談所虐待対応ダイヤル**  
〈お近くの児童相談所につながります〉

24時間 **189**

**帯広市児童虐待防止相談フォーム**  
(インターネット受付)

**ひとりで悩まないでみんなで子育てしよう**

子育ての悩みは誰にでもあります。「子育てがづらい」「子どもの気持ちが分からない」などと悩んだときは、相談してください。

**相談窓口一覧**

<ul style="list-style-type: none"> <li>・子育て支援課（☎25・9700）</li> <li>・帯広児童相談所（東1南1、☎22・5100）</li> <li>・児童相談所相談専用ダイヤル（24時間、☎0120・189・783）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・親子のための相談LINE（こども家庭庁）</li> </ul>
--	---