

12月度の回覧板

- ・ マイナ保険証に関する質問と
専用コールセンター設置
- ・ 都筑区治安情勢 11月度
- ・ 強盗事件 各地で発生中！！
- ・ 自転車の罰則強化 (11月1日 法改正)
- ・ ふれあいくん (ケアプラザ広報誌 110号)
- ・ 更生保護販売会実施の案内
- ・ 年末年始のゴミと資源物の収集日程
- ・ 都筑区の看とり ってどうなっているの？
在宅医療連携拠点事業 市民向け講習会
- ・ 緑税務署からのお知らせ

マイナ保険証に関する質問

(国民健康保険・後期高齢者医療制度)



Q1 12月2日から紙の保険証が使えなくなるのですか

12月2日以降も紙の保険証に記載されている有効期限まで使用することができます。このため、12月2日以降も紙の保険証は廃棄しないでお持ちください。

Q2 マイナ保険証として利用するにはどうすればいいのですか

マイナ保険証の利用登録をするには、ご自身のマイナンバーカードが必要となります。以下の場所で、利用登録をすることができます。

- ① 医療機関・薬局の受付(カードリーダー)
- ② セブン銀行のATM(セブンイレブン店舗等)
- ③ ご自身のスマートフォン、パソコンからマイナポータルで登録

利用登録方法は
こちらでご確認ください。
(厚生労働省HP)



Q3 マイナ保険証が無い場合はどのようにして医療機関に受診すればいいのですか

紙の保険証が有効期限(最大令和7年7月31日まで)まで利用することができます。

また、マイナ保険証の利用登録をされていない方には、資格確認書を交付しますので、そちらを医療機関窓口等で提示いただくことで、これまでどおり医療機関等で受診することができます。

Q4 医療機関のカードリーダーが故障等で使えない場合に、マイナ保険証の被保険者は、どのように受診すればいいのですか。

マイナ保険証の利用登録をしている方には、保険者から「資格情報のお知らせ」(*)を送付します。マイナ保険証を利用できない医療機関等に受診する場合には、マイナ保険証と「資格情報のお知らせ」を一緒に医療機関窓口等に提示いただくことで、受診することができます。

※資格情報のお知らせ…簡便に保険情報を確認できるようA4サイズ用の紙に被保険者氏名、被保険者番号、一部負担割合等を記載しています。(後期高齢者医療制度の被保険者については、令和7年8月1日以降発行いたします。)

【横浜市国民健康保険、後期高齢者医療制度に加入されている皆さまへ】

- 横浜市国民健康保険、後期高齢者医療制度のマイナ保険証移行に関する
専用コールセンターを設置しています！

【専用コールセンター】

TEL: 045-620-8187

令和7年1月31日まで（土日祝日を除く）9時から19時まで

※横浜市国民健康保険、後期高齢者医療制度以外の健康保険の方は、ご加入の健康保険にお問い合わせください。



- マイナ保険証について

【マイナ保険証とは】

お持ちのマイナンバーカードを保険証としても利用することです。

あらかじめ、自身で利用登録をする必要があります。

【マイナ保険証の利用登録方法】

医療機関、薬局のカードリーダー等で利用登録をすることができます。

詳しい操作方法は、別紙1「マイナンバーカードの健康保険証利用の申込みは医療機関・薬局の受付でもOK!」を参照ください。

【マイナ保険証の使い方】

医療機関、薬局のカードリーダーにマイナ保険証を読み取ることで使うことができます。

詳しい操作方法は別紙2「マイナンバーカードを健康保険証として使うには」を参照ください。

- 12月2日以降の受診方法について

12月2日以降の受診方法についてまとめています。

マイナ保険証がない方も安心して受診することができます。

	令和6年12月2日～ 保険証有効期限内	保険証有効期限後
マイナ保険証がない方	・有効期限内の健康保険証	・資格確認書 ※資格確認書は自動交付されます
マイナ保険証がある方	・マイナ保険証 ・有効期限内の健康保険証	・マイナ保険証

都筑区治安情勢

令和6年11月
都筑警察署

令和6年10月末までの発生傾向（累計） ※特殊詐欺については暫定値

犯罪種別	県内発生	当署発生（昨年比）	昨年比増減率
【刑法犯件数】	37,705件	681件（-21件）	- 3.0%
【自動車盗】	401件	8件（+ 3件）	+ 60.0%
【オートバイ盗】	1,408件	18件（- 3件）	- 14.3%
【自転車盗】	9,933件	176件（-28件）	- 13.7%
【空き巣】	505件	3件（- 5件）	- 62.5%
【車上ねらい】	852件	43件（+18件）	+ 72.0%
【万引き】	5,093件	119件（- 5件）	- 4.0%
【特殊詐欺】	1,555件	35件（+ 8件）	+ 29.6%
特殊詐欺被害額	県内	約 45億1,300万円	
	当署	約 1億3,350万円	

闇バイトに絶対に手を出さない！出させない！

SNS上の高額バイト募集に応募して免許証などの個人情報を送信した結果、脅迫されて、特殊詐欺や強盗をさせられる事案が発生しています！

犯罪に関わる前に必ず警察や警察通報ダイヤル（#9110）または、匿名通報ダイヤルに相談をしてください！

氏名	平成元年1月1日生		
住所	〇〇県××市△△町□□□□番地☆☆		
交付	令和 06 年 05 月 01 日		
令和00年00月00日まで有効	運転免許証		
免許の条件等	AT限定、眼鏡等		
番号	第 123456789000	号	
二・小・原	令和00年01月01日	期	
他	令和00年01月01日	期	
二種	令和00年01月01日	期	
		〇〇県公安委員会	





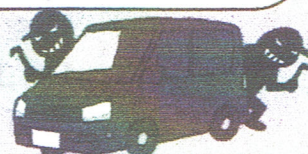
点検商法あれこれ



悪質な点検業者に注意!

突然、訪問してきた業者が屋根や水道などの「無料点検」などと称して住宅に上がり込み、工事・点検を依頼したところ高額な修理代金を請求されるというトラブルが発生しています

手口の特徴



- ・ 事前の連絡がなく、突然、訪問してくる。
 - ・ 「無料点検」と説明してくる。
- ・ 工事しないとすぐに屋根が崩れるなど、必要以上に危険だと言って不安を煽る。



防犯のポイント

- ・ 突然訪問してきた業者には、インターフォン越しに対応するなど対面での対応はせず、また、安易に自宅に上げて点検させない。
- ・ 対応するときは、名刺をもらうなど身分確認を行う。
- ・ 点検時に修理を勧められても、その場では契約せず、家族や友人等に相談し、信用できる業者であるか確認する。
- ・ 複数の業者から見積もりを取るようになる
- ・ 金品の保管状況や個人情報等を安易に伝えない。
- ・ 断っても立ち去らない場合や不審な点があれば、警察に通報する。



不審な電話は詐欺だけじゃない!

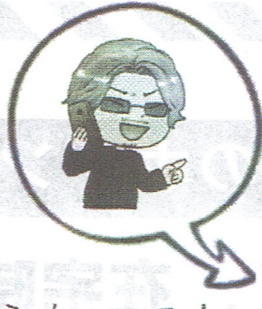
強盗事件 各地で発生中!!

「家にお金いくら置いてある?」

「いつ家にいる?」

などの質問には、答えないで!

電話を切って、すぐ **110番**



- ・留守番電話機能の活用
- ・在宅時も必ず施錠
- ・来訪者はドアスコープなどで確認
- ・自宅に多額の現金を保管しない
- ・窓に防犯フィルムや補助錠、庭にセンサーライト・防犯カメラを設置



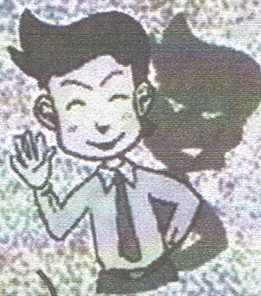
POLICE

POLICE

POLICE

犯人グループは「犯罪の^{やみ}実行役」を募集しています
それって闇バイトかも?!

犯罪には
手を出さない



- ◎ 荷物を受け取るだけ
- ◎ 荷物を運ぶだけ
- ◎ 短時間で高収入
- ◎ 即日入金

都 筑 警 察 署

侵入犯罪に強い 住まいづくりを！！

具体的な防犯対策のポイント！！

- 就寝時だけではなく、在宅時でも自宅の戸締まりを徹底しましょう。
- 窓からの侵入を防ぐため、補助錠の取り付けや防犯フィルム、防犯ガラスなど防犯性能の高い建物部品（CP製品）を用いるなど、窓ガラスの性能を強化しましょう。
- 面格子や窓シャッター等も有効です。
- 日頃から建物周囲を整理整頓し、侵入されにくい環境を整えておきましょう。
- むやみに在宅状況や家族の状況、資産状況を聞かれても答えないようにしましょう。
- 不審を感じた場合は、ためらうことなく110番通報しましょう。



警察庁

National Police Agency

知っていますか？

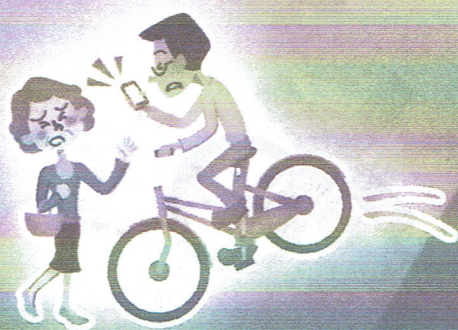
自転車

ながらスマホ・酒気帯び運転

罰則強化

令和6年11月1日

道路交通法改正



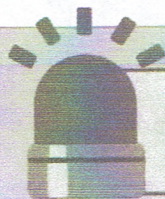
★酒気帯び運転に

違反者は、3年以下の懲役又は50万円以下の罰金

★運転中のながらスマホに

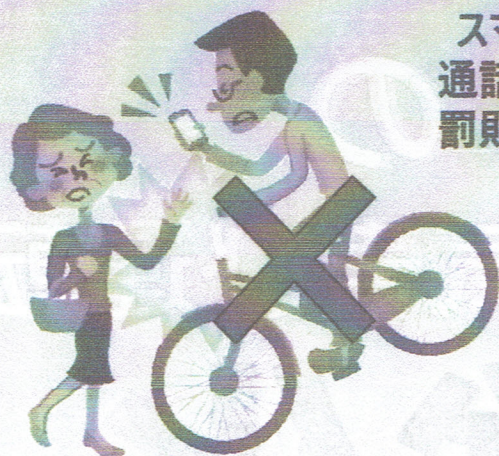
最大1年以下の懲役又は30万円以下の罰金

「運転中のながらスマホ」、**「酒気帯び運転」**は
自転車運転者講習制度の対象になります



運転中ながらスマホ

スマートフォンなどを手で保持して、自転車に乗りながら通話する行為、画面を注視する行為が新たに禁止され、罰則の対象となりました。



違反者は、
6月以下の懲役又は10万円以下の罰金
交通の危険を生じさせた場合、
1年以下の懲役又は30万円以下の罰金

※停止中の操作は対象外



酒気帯び運転および幫助

自転車の酒気帯び運転のほか、酒類の提供や同乗・自転車の提供に対して新たに罰則が整備されました。

違反者は、
3年以下の懲役又は50万円以下の罰金
自転車の提供者は、
3年以下の懲役又は50万円以下の罰金
酒類の提供者・同乗者は、
2年以下の懲役又は30万円以下の罰金



自動車だけでなく **自転車** を運転するおそれのある人には
飲ませない！ 街づくりをしましょう！

酒類提供
...
車両の提供・同乗

厳罰！

NO

自転車を運転すると知りながら、利用者に酒類を提供する行為は、飲酒運転と同様に厳しく処罰されます。

お酒を飲んだ人に自転車を貸すなどの行為も厳しく処罰されます。



重大な事故を防ぐため、交通ルールを遵守しましょう

ふれあいくん



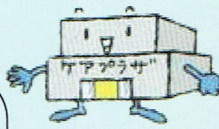
Vol. 110

葛が谷地域ケアプラザ広報紙 12・1月号

令和6年12月1日発行
横浜市葛が谷地域ケアプラザ
住 所：都筑区葛が谷16-3
代表電話：045-943-5951
発行責任者：川田 将之

地域ケアプラザとは…

高齢者、子ども、障害のある人など誰もが地域で安心して暮らせるよう、身近な福祉・保健の拠点としてさまざまな取組を行っている横浜市独自の施設です。

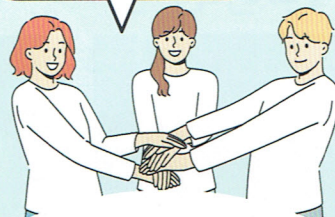


▲ケアプラザくん

令和6年7月1日
現在、横浜市内に146
か所あります。

地域包括支援センター 介護、福祉・保健の相談・支援

- ・主任ケアマネジャー
- ・看護師
- ・社会福祉士が対応します。



地域活動交流事業 地域活動の支援、活動・交流の場の提供、講座・イベントを実施しています。



▲子育てサロンきらきら（10月）

介護予防支援

介護予防プランナーが介護保険の要支援の方のケアプラン作成等を行っています。



葛が谷地域ケアプラザ 事業紹介



生活支援体制整備事業

高齢者等がいつまでも安心して暮らし続けられる取組や活動について、地域と一緒に考えます。



居宅介護支援

ケアマネジャーが介護保険の要介護の方のケアプラン作成等を行っています。



通所介護事業

毎日機能訓練指導員が体操をしています。



季節に合わせた
オヤツ

厨房で作る
温かいお食事



要支援、要介護の認定を受けた在宅の高齢者の方々に、送迎、健康チェック、入浴、食事、レクリエーション等のサービスをケアプランにそって提供し、ご本人やご家族の日常生活をサポートします。

さまざまなご相談をお受けしています。お気軽にお問合せください！！

【問い合わせ先】葛が谷地域ケアプラザ 電話：045-943-5951

年末年始のお知らせ

12月29日(日)～1月3日(金)は休館です。
よろしくお願いいたします。

TURN ME
OVER!

地域の活動紹介

葛が谷地域ケアプラザが担当する地区では、住民同士の交流・つどいの場や健康づくりへの取組などの地域活動が盛んに行われています。身近な地域で楽しんだり元気になれる場所をご紹介します。
ケアプラザ職員も伺っておりますので、ご相談等がございましたらお気軽にお声がけください。

災害時に助け合う体制づくり<柚木荏田南地区>

荏田南四丁目自治会では、災害時に住民が互いに助け合える体制づくりとして、毎年、地域住民による「災害ボランティア」の打ち合わせと、地域全体で安否確認訓練を実施しています。

安否確認訓練では、発災時のボランティアの動きと連絡方法の確認、支援が必要な世帯への安否確認、無事を知らせる黄色い「大丈夫」タオルの表示などの実践的な内容が盛り込まれています。

定期的な訓練を通じて、自治会と災害ボランティアとの連携強化や住民の防災意識が高まるとともに、見守りや助け合いの絆も強まり、地域全体に「災害時のそなえ」の輪が広がっています。



秋の渋沢フェスティバル <渋沢地区>

令和6年10月20日（日）、つづきの丘小学校アリーナにて「第29回 秋の渋沢フェスティバル レクリエーション大会」が開催されました。子どもから大人、高齢者まで幅広い世代が参加し、ホールインワンゲームや綱引き、玉入れなどさまざまな競技で盛り上がりました。



会場は終始笑い声や応援の音が響き渡り、子どもたちの楽しそうな笑顔があふれていました。

参加者同士の交流と地域の絆が深まる心温まるひとときでした。

デイサービス介護スタッフ（非常勤）募集中！

無資格・未経験の方も大歓迎！子育て中の方やWワークの方も安心して働くことができます。

【就業時間】8時45分～16時45分（休憩60分含む）

【勤務日数】週2日～

※この他の情報やご応募につきましては、ホームページの【採用情報】、またはお電話ください。



お気軽に、お問合せください。お待ちしております！

社会を明るくする運動

第2回

更生保護販売会

令和7年2月22日(土)

10時よりなくなり次第終了

会場：都筑区民ホール

(都筑区総合庁舎1階)

販売品目

パン・あられ・野菜・花

卵・タオル・手づくり品

他

※区役所の駐車場をご利用される場合は有料となります

問合せ先：中山 (080-6509-5078)

石川 (045-942-2935)

主催：都筑区更生保護協会

都筑保護司会・都筑区更生保護女性会

後援：都筑区社会福祉協議会

年末年始のごみと資源物の収集日程

12月31日(火)から1月3日(金)まで、

収集はお休みさせていただきます。

○ 年末も、ごみと資源物の分別と減量にご協力をお願いします。

○ ごみと資源物は、各収集日の **朝8時まで**にお出してください。

(年末年始の期間は、通常と収集時間が変わることがあります。)

○ 収集がお休みの日は、ごみと資源物を絶対に出さないでください。

○ 分別されていないものは収集できません。



横浜市資源循環局マスコットイーオ

収集日程を
お確かめの上、
ルールを守って
お出ください。



燃やすごみ・燃えないごみ
スプレー缶・乾電池

プラスチック製容器包装
またはプラスチック資源

缶・びん・ペットボトル
小さな金属類

		燃やすごみ・燃えないごみ スプレー缶・乾電池	プラスチック製容器包装 またはプラスチック資源	缶・びん・ペットボトル 小さな金属類
12月	28日(土)	通常の曜日どおり収集します		
	29日(日)	収集はお休みです		
	30日(月)	通常の曜日どおり収集します		
	31日(火)	収集はお休みです		
1月	1日(水)	収集はお休みです		
	2日(木)	収集はお休みです		
	3日(金)	収集はお休みです		
	4日(土)	通常の曜日どおり収集します		
	5日(日)	収集はお休みです		
	6日(月)	通常の曜日どおり収集します		

※ 古紙・古布等の、「資源集団回収」の日程については、
実施している自治会・町内会等か、回収業者へ直接お問い合わせください。

粗大ごみの申込み

電話でのお申込みは12月31日(火)から1月3日(金)までお休みします。



横浜市 粗大ごみ
2次元コード

※12月のお申込みは特に混み合い、
年内の収集にお伺いできない場合がございます。



粗大ごみのお申込みについてはこちらから
又は、インターネットで「横浜市 粗大ごみ」と検索

12月30日正午から1月3日までにお申し込みされた方への返信(収集日等のお知らせ)は、1月4日以降になります。



令和6年度 横浜市資源循環局

在宅医療連携拠点事業 市民向け講演会

都筑区の看とりってどうなってるの？

～どこでどんなふうに生き逝けるのか～

開催日時 2025年2月16日 日 14時30分～16時20分

聴講方法  横浜市歴史博物館(センター北) または  WEB(Zoom)
どちらも無料で聴講できます 事前予約制・定員160名

講師 1 山本 美和

都筑区医師会グリーンケアを考える会
緩和ケア認定看護師
がんセンター、ホスピス緩和ケア病棟、
訪問看護、訪問診療、施設で勤務



みなさんは、自分や自分の大切な人の最期を考えたことがありますか？
最期を迎えるまでには、1人で歩けなくなったり、食べれなくなったり、
オムツになったり・・・心身のさまざまな変化が起こります。
これまでと同じように生活していくことが難しくなります。

今回は、都筑区にどんな居場所があるのかをご紹介しますと思います。
自分や大切な人が、最期までどう生き、どこで過ごし、どこで逝けるのか・・・
を考えるきっかけになれば幸いです。

講師 2 徳永 康一

横浜高齢者グループホーム連絡会 会長・高齢者グループホームちとせ 管理者
認知症グループホームでの看とりの現状についてお話しします。



事前にお申込みのうえご参加ください(締切 2/13(木)まで)
詳しくはこのチラシ裏面 もしくはWebページ(ヨコハマつづき健康生活ナビ
<http://www.tsuzuki-med.org>)をご覧ください

お問い合わせ 045-910-6582 都筑区在宅医療相談室(一般社団法人 横浜市都筑区医師会 内)

緑税務署からのお知らせ

【問合せ先】 〒225-8550 横浜市青葉区市ケ尾町22-3 Tel. 045(972)7771(代表)

※ お電話は、自動音声に従ってご用件の番号を選択いただくと、担当者がご用件にお答えします。

確定申告は **自 宅** から **ス マ ホ** で！

マイナポータル連携を利用して更に便利に！

～マイナポータル連携に係る事前準備等のご案内～

マイナポータル連携をご利用いただくためには、マイナポータルの利用者登録やマイナポータルとe-Taxを連携するなどの事前準備が必要です。事前準備の詳細は、国税庁HPの「マイナポータル連携を利用するまでに行う事前準備」をご確認ください。

※ 源泉徴収票や控除証明書等の発行主体によっては、データが取得可能となるまでに数日を要する場合がありますので、事前に余裕をもって行ってください。

マイナポータル連携の詳細はこちらから↓



事前準備の詳細はこちらから↓

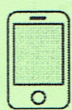


自宅からスマホで確定申告書を作成・提出する方法

【マイナンバーカード方式編】

1

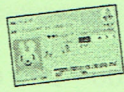
必要なもの



スマホ



アプリ
「マイナポータル」



マイナンバー
カード

マイナンバーカード受取時に
設定したパスワード

- ・利用者証明用電子証明書(数字4桁)
- ・署名用電子証明書(英数字6文字以上16文字以下)

※ パスワードを
お忘れの場合
(外部サイト)

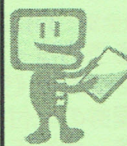


必要なもの

をご準備の上、**2**へ♪

2

「作成コーナー」推奨ブラウザ※
で検索♪



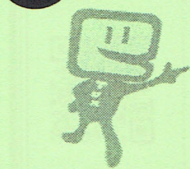
Safari



Google
chrome

確定申告書等作成コーナーにアクセス
※ 推奨ブラウザからアクセスしてください。

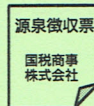
3



提出方法「マイナンバーカード方式」を選択
マイナンバーカードを
スマホで読み取ります。

4

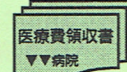
収入等の入力 ▶ 控除の入力



源泉徴収票
国税商事
株式会社



帳簿



医療費領収書
▼▼病院



寄附金
受領証
10,000円
〇〇市長 印

画面の案内に従って、収入・控除等に
関する情報を入力するだけ！
自動計算で申告書の作成ができます。

5



e-Taxで送信！これで手続完了♪
書類の郵送提出が不要！※

※住宅借入金等特別控除に係る書類など、
一部を除きます。

さらに！ **マイナポータル連携**で収入・控除等に関する情報を確定申告書に自動入力！

緑税務署申告書作成会場開設日 令和7年2月17日(月)

【受付時間】 8時30分～16時00分 【相談時間】 9時15分～17時00分

※ 3月は大変混雑するため2月末までにお越しください。

※ 4月中旬まで税務署の駐車場は使用できません。

※ ご利用可能なコピー機がありませんので、あらかじめご了承ください。

入場整理券事前発行



友だち追加は
こちらから→

