

ふれあいサロン  
参加者募集

ふれあい交流センターの  
ふれあいサロンに参加しま  
せんか。

【対象】 市内在住で65歳以上の方

【実施期間】 4月～翌年3月、毎月2回  
程度（水曜日10時～14時）

【内容】 健康チェック・レ  
クリエーション・認知症予  
防教室や折り紙等の創作・  
給食サービス等

【参加費】 1回600円

【募集人員】 26人

【申込方法】 3月6日（月）  
～20日（月）の間に電話で  
お申し込みください。後日  
利用申込書を提出してい  
た  
だきます。

【問い合わせ・申込先】  
ふれあい交流センター  
☎53・2631

ふれあいウォーキング

舟入川周辺約3キロをウォ  
ーキングしませんか。子ど  
もから大人までたくさん  
の方の参加をお待ちしてい  
ます。

【日時】 ※雨天中止

3月28日（火）10時～11時  
【集合場所】 ふれあい交流  
センター駐車場

【コース】 舟入川周辺約3キ  
ロ

【参加費】 無料

【申込期限】 3月20日（月）

【持ち物等】 タオル・水  
筒・帽子・運動のできる服装

【問い合わせ・申込先】

ふれあい交流センター  
☎53・2631

自衛官等の採用試験

①幹部候補生（一般）

【受付期間】

第1回採用試験 3月1日～4月14日（金）

第2回採用試験 3月1日～6月15日（木）

※飛行要員を除く

【1次試験日】

第1回採用試験 4月22日（土）・23日（日）

※23日は飛行要員希望者のみ

第2回採用試験 6月24日（土）

②第1回 一般候補生

【受付期間】 3月1日～5月9日（火）

【試験日】 1次試験 5月20日（土）  
2次試験 6月17日（土）

③第1回 自衛官候補生  
【受付期間】  
年間を通じて実施

【試験日】  
学科試験 5月27日（土）～29日（月）  
※WEB試験（個別方式）

口述試験等 6月4日（日）

④第1回 予備自衛官補  
【受付期間】 1月10日～4月6日（木）

【試験日（技能）】

学科・口述試験等 4月15日（土）

【試験日（一般）】

学科試験 4月8日（土）～10日（月）

※WEB試験（個別方式）

口述試験等 4月16日（日）

資料請求は  
こちらから



受験資格や給与、勤務体制  
など詳しくは、自衛隊高知  
地方協力本部のホームページ  
をご確認ください。

【問い合わせ先】

自衛隊高知地方協力本部  
安芸地域事務所  
☎0887・35・2749

助成・相談

福祉タクシー料金助成  
申込受付開始

令和5年度香美市福祉タ  
クシー料金助成事業の申込  
受付を、3月22日（水）から  
開始します。

【対象者】 市内在住で次の  
いずれかに該当する方

①年齢が満70歳以上の方

②身体障害者手帳1級・2

級の方、3級・4級のう

ち下肢障害・体幹機能障

害の方

③療育手帳をお持ちの方

④精神障害者保健福祉手帳

1級・2級の方  
⑤運転免許証を返納した方  
⑥介護認定を受けている方

【事業内容】

香美市内の医療機関への通  
院・買い物・社会参加等の  
ために、当事業に協力する  
市内のタクシー会社を利用  
した場合、タクシー料金の  
一部を助成します。

※市外への通院は、特別な事情  
があると認められた方のみ対象  
（現在は透析のみ）。

【助成額】 1回の利用につき、料金が  
ら千円を差し引いた額の2  
分の1（上限あり）。ただし、  
視覚障害の1級、および下  
肢・体幹機能障害1～2級

1回の利用につき、料金が  
ら千円を差し引いた額の2  
分の1（上限あり）。ただし、  
視覚障害の1級、および下  
肢・体幹機能障害1～2級

国保だより

保険証を  
捨てないでください

◆令和5年度から保険証の更新月が7  
月になるため、3月に保険証は郵送  
しません。誤って廃棄しないよう  
ご注意ください。

◆現在お持ちの被保険者証は令和5年  
7月31日までご使用いただけます。  
また、令和5年8月以降の保険証に  
ついては、令和5年7月下旬に世帯  
主宛に郵送します。

◆高齢受給者証は令和5年8月以降保  
険証との一体化のため、郵送はあり  
ません。特定疾病療養費受療証につ  
いては令和5年7月中旬～下旬に郵  
送します。

もしも交通事故等

にあったとき

交通事故やケンカ、食中毒や他人の  
犬に噛まれたなど、本人以外の第三者  
の行為によるケガ等の治療を国保で受  
診する場合、医療機関の窓口への申し  
出と、国保係に届出が必要です。届出  
時には、状況や加害者などについてお  
伺いすることになるので、まずはお電  
話でお問い合わせください。

他の健康保険に  
加入していませんか？

『就職して健康保険ができた』『家族  
の健康保険の扶養に入った』など、他  
制度の健康保険に加入しているのに国  
民健康保険の新しい被保険者証が届い  
た場合には、国保脱退の届け出が必要  
です。

国保の保険証・新しい保険証・届出  
者の本人確認書類（運転免許証等）を持  
参の上、窓口で手続きしてください。

窓口・問い合わせ先

市民保険課 ☎53-3115  
香北支所 ☎52-9285  
物部支所 ☎52-9288

介護が必要な方に  
生活管理指導員を派遣

市内に在住・在宅の65歳  
以上の方で、介護保険の対  
象とならず、次の①、②の  
いずれかの条件に当てはま  
る方を対象に、生活管理指  
導員を派遣する事業があり  
ます。

①基本的な生活習慣が身に  
ついていない、または対  
人関係がうまくいかず社  
会適応が難しい方で、介  
護を必要としている方

②一時的な心身の障害や傷  
病で日常生活を営むこと  
が難しい方で、介護を必  
要としている方

【派遣期間】

①基本的な生活習慣が身に  
つかか社会適応ができる  
まで

②継続して6カ月以内

【サービス内容】

①生活する上で必要な家事  
などの支援や、人との関  
係をうまく作れるよう助  
言を行う支援など

②身体介護や家事など  
【負担額】 ヘルパー派遣に  
必要な金額の1割

※生活保護世帯の方は無料

【申請方法】 まずは健康介  
護支援課にご相談ください。

【問い合わせ先・申込先】

健康介護支援課社会長寿班  
☎52・9280