

健康保険が使える場合と使えない場合

	健康保険が使える場合	健康保険が使えない場合 (全額自己負担)
整骨院・接骨院	急な外傷による、以下のけが ○捻挫 ○打撲 ○挫傷(肉離れ等、血が肌の外に出ないけが) ○骨折・不全骨折・脱臼(応急手当を除き、医師の同意が必要)	急な外傷によらない、痛みや凝り等 ○疲労回復 ○日常生活等による痛みや凝り ○病気(神経痛・関節炎・五十肩・ヘルニア等)からくる痛みや凝り ○以前けがをして治ったが、再び痛み出した場合
はり・きゅう	以下の症状(医師の同意が必要) ○神経痛、腰痛症、五十肩 ○リウマチ ○頸腕症候群 ○頸椎捻挫後遺症	○疲労回復 ○左記以外の原因による肩凝り・痛み
マッサージ	以下の症状(医師の同意が必要) ○筋まひ ○関節拘縮(関節の動く範囲が狭くなったり、動けなくなったりする)等の、医療上マッサージを必要とする症例	○疲労回復 ○慰安 ○整体やカイロプラクティック等、民間資格者による施術



国民健康保険
海外療養費

旅行等の海外渡航中に病気やけがで、やむを得ず現地の医療機関で治療を受けた場合、その医療費は帰国後、申請により海外療養費として給付を受けられます。

ただし、適正な保険給付を行うため、申請時にパスポート・領収明細書・診療内容明細書(各日本語翻訳付き)等の確認書類が必要です。また、

高額な案件等、現地調査が必要な場合は、詳細な内容点検調査も実施します。

脱退の手続きが必要です

1年以上日本を離れる場合は、転出による国民健康保険の資格喪失届の提出が必要です。

国民健康保険

整骨院・接骨院、はり・きゅう、マッサージの受診上の注意

国民健康保険

整骨院・接骨院、はり・きゅう、マッサージの施術には、健康保険が使える場合と使えない場合がありますのでご注意ください(左表参照)。

国民健康保険



5月31日(土)まで
自転車安全利用
TOKYOキャンペーン

自転車の交通ルールを守り、事故に遭わないようにしましょう。

自転車安全利用五則

- 車道が原則、左側を通行、歩道は例外、歩行者を優先
- 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- 夜間はライトを点灯
- 飲酒運転は禁止
- ヘルメットを着用

対人賠償保険等の加入

東京都の自転車条例では、対人賠償責任保険等への加入が義務付けられています。

ルールを守って安全運転

傘差し運転、イヤホンや携帯電話の使用運転等は禁止です。令和6年11月から、自転車のながら運転の罰則が強化され、酒気帯び運転にも罰則が適用されています。

管理課交通対策係、多摩中央警察署交通課

☎042・375・0110

参加者募集
アダプト制度

アダプト制度は公園や道路等の公共施設を市民の皆さんと共に管理する制度です。活動時には、必要に応じて清掃道具の提供や貸し出し等を行います。ぜひ協働のまちづくりにご参加ください。

公園・緑地についてⅡ緑と環境課緑と公園係、道路・水

木造住宅の耐震診断・改修等助成制度、ブロック塀等撤去等補助制度

大地震に備え、木造住宅(建築年等の要件有り)を対象に、耐震診断・耐震改修・解体(耐震除却)の一部費用を助成しています。また、地震時の倒壊を防ぐため、ブロック塀等の撤去およびフェンス等新設の一部費用を補助しています。詳細は市Webをご覧ください。☎まちづくり再生課住所整理・団地再生係

募集します
第三次稲城市観光基本計画策定委員

多様で多彩な地域資源を活用した、稲城らしい観光を推進する「第二次稲城市観光基本計画」の計画期間が、令和7年度をもって満了するため、令和8～12年度を計画期間とする「第三次稲城市観光基本計画」を策定します。

策定にあたり、より多くの意見・提案を取り入れるため市民委員を募集します。

- 市内在住・在勤・在学で20歳以上の方
- 活動期間 7月～令和8年3月(会議3回、平日午後6時ごろから2時間程度)
- 定1人
- 報酬 1回当たり7,800円(交通費込み)
- 申込フォーム(右記参照)に作文添付のうえ応募
- ※作文のテーマは「稲城市の観光に対する私の考え」(800字程度)
- 限6月10日(火) 先問観光課観光係



6月1日は人権
擁護委員の日
相談時間を
拡大します

路についてⅡ管理課維持補修係

定5人(申込先着順)
相談員 森崎 正和氏(稲城地区人権擁護委員)
申先市民協働課予約専用番号(☎378・2286)に電話
限6月5日(木)
人権擁護委員とは
人権擁護委員は法務大臣が委嘱した民間のボランティアです。

全国の各市町村に配置され、講演会や座談会の開催、法務局・各市町村の人権相談所等で地域の方の人権相談を受け等、積極的な活動を行っています。

市民協働課市民相談係

社会福祉協議会

ご相談ください

はつらつワーク稲城
(高齢者無料職業紹介所)

はつらつワーク稲城は、シ

募集します
公営 稲城・府中メモリアルパーク
墓地使用者



令和6年6月1日以前から継続して、稲城市・府中市に在住の方
募集する墓地 下表参照
申「申込みのしおり」に添付の使用申込書と必要書類を郵送または持参(6月1日(日)～)
※申込みのしおりは市民課、平尾・若葉台出張所、各文化センター、「公営 稲城・府中メモリアルパーク」Webで入手可
限6月30日(月)消印有効
場先問稲城・府中墓苑組合(〒206-0812稲城市矢野口3567) ☎379-9731



▲稲城・府中メモリアルパーク地図

今回募集する墓地

形態	募集数	使用料(非課税)	年間管理料(税込)
芝生墓地	100区画	125万円	各1万5,400円
有期限芝生墓地	20区画	85万円	
合葬式墓地	1体用	17万8,200円	管理料相当分は使用料に含まれています。
	2体用	35万6,400円	
樹林式墓地	1体用	21万4,000円	
	2体用	42万8,000円	

※有期限芝生墓地の使用期限は30年です。

市民活動サポート
センターいなぎ

金曜サロンスペシャル
蓮華草のように

百村生まれで稲城愛あふれる山中さんが、伝統文化いけばなと現代アートを通して、芸術文化をお話しします。

日6月6日(金)

時午後6時～8時

場地域振興プラザ4階会議室

講山中桂氏(華道家)

問市民活動サポートセンター

納期限 6月2日(月)

固定資産税・都市計画税(第1期)
軽自動車税(全期)
安心!納税!口座振替!!

問収納課

いなぎ ☎378・2112