

# 7月 生きいき教室 日程表

※コロナの状況により中止することがあります。

平良地区	日にち	時間	場所	お問合せ
老福	4(月)、5(火)、11(月)、12(火)、19(火)、25(月)、26(火)	10時	平良老人福祉センター	社協 平良支所 ☎72-3193
西原・下崎	6(水)、13(水)、20(水)、27(水)	10時	下崎公民館	
荷川取	7(木)、14(木)、21(木)、28(木)	10時	荷川取公民館	
狩俣	8(金)、15(金)、22(金)、29(金)	10時	狩俣集落センター	

城辺地区	日にち	時間	場所	お問合せ
城辺	5(火)、12(火)、19(火)、26(火)	10時	社協 城辺支所	社協 城辺支所 ☎77-7930
砂川	1(金)、8(金)、22(金)、29(金)	10時	社協 城辺支所	
西城 (西・吉田・長南・上区)	4(月)、11(月)、25(月)	10時	社協 城辺支所	
西城 (長北・長中・西中・比嘉)	6(水)、13(水)、20(水)、27(水)	10時	社協 城辺支所	
福嶺	7(木)、14(木)、21(木)、28(木)	10時	社協 城辺支所	

下地地区	日にち	時間	場所	お問合せ
洲鎌・棚根 嘉手苜・入江	4(月)、11(月)、25(月)	10時	上野老人福祉センター	社協 下地支所 ☎76-2270
川満・来間	5(火)、12(火)、19(火)、26(火)	10時	下地公民館	
上地	6(水)、13(水)、20(水)、27(水)	10時	下地公民館	
与那覇	8(金)、15(金)、22(金)、29(金)	10時	下地公民館	

上野地区	日にち	時間	場所	お問合せ
上野	7(木)、14(木)、21(木)、28(木)	10時	上野老人福祉センター	社協 上野支所 ☎76-2540

伊良部・佐良浜地区	日にち	時間	場所	お問合せ
伊良部・佐良浜	5(火)、12(火)、19(火)、26(火)	10時	伊良部老人福祉センター	社協 伊良部支所 ☎78-5973

池間地区	日にち	時間	場所	お問合せ
池間	2(土)、9(土)、16(土)、23(土)	14時	池間島離島振興総合センター	きゅーぬふから舎 ☎75-2870

## こんにちは、地域包括支援センターです

高齢者の様々な相談を受けたり、要支援認定者・事業対象者のケアプランの作成を行います。ご相談・お問い合わせは、お住まいの地区の担当する地域包括支援センターへお願いします。

- 地域包括支援センターひらら（平良地区）  
電話：75-0656 FAX：75-0657
- 地域包括支援センターみやこ（城辺地区、上野地区、下地地区、伊良部地区）  
電話：79-0811 FAX：79-0337

# 夏休み子どもエコツアー

**日時** 8月3日(水)  
13時集合、17時15分頃解散

**場所** 市役所1階ロビー集合

**対象** 小中学生(保護者同伴可)

**定員** 20名 **参加費無料**

**募集期間** 7月1日(金)～7月22日(金)

**申請書配布** 市役所ホームページよりダウンロードまたはエコアイランド推進課にて配布

**申請方法** 申請書に必要事項を記入して、下記のいずれかで提出。

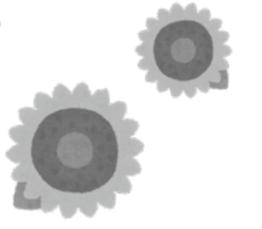
**FAX** 72-3795

**メール** ts.ecotown@city.miyakojima.lg.jp

**郵送** 宮古島市平良字西里1140番地  
市役所2階エコアイランド推進課

※コロナの状況により中止することがあります。  
※詳しくは市HPをご覧ください。

**問** エコアイランド推進課 ☎73-0950

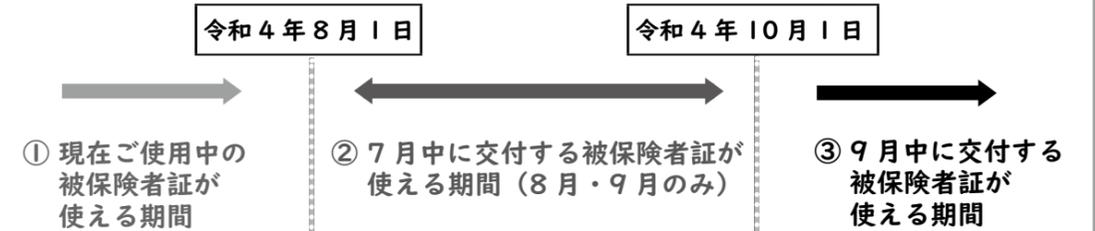


## 後期高齢者医療被保険者証の更新について

7月は後期高齢者医療被保険者証の切り替え時期です。今年度は8月1日と10月1日の2回保険証が変わります。

被保険者証の有効期限にご注意ください

病院や薬局などで掲示するときは「有効期限」を必ず確認しましょう。



色	もも色	わかくさ色	もも色
有効期限	令和4年7月31日	令和4年9月30日	令和5年7月31日

- 令和4年10月1日から、医療費の自己負担割合が1割、2割、3割の3区分になります。
- ◆2割負担となる方
  - 世帯内に被保険者が一人の場合  
…課税所得が28万円以上で、年収200万円以上
  - 世帯内に被保険者が二人以上の場合  
…課税所得が28万円以上で、被保険者証の年収合計320万円以上

●被保険者証の色は、8月からは、「若草色」⇒10月からは、「桃色」となります。



9月中に2回目の交付



**問** 国民健康保険課 後期高齢者医療係 ☎72-3751 (内線2646・2649)

## 市立保育所給食食材の納入を希望する業者の選定・登録を行います。

【提出書類】申請書、営業許可証の写し(青果店を除く)、完納証明書または誓約書等  
※要綱および詳細は市ホームページをご覧ください。

【申し込み・問い合わせ】福祉部子ども未来課 保育幼稚園係 ☎79-7825

