

正しい食生活に： 私たちがお手伝い



私たちは町食生活改善推進員協議会(通称：食改)です。この会は、平成10年にボランティア組織として結成し、今年で15年目を迎え、現在24人で活動を行っています。

食改は、「食事」と「運動」を二本の柱として「食改として学んだことを地域の中でひとりでも多くの人に伝える」を合言葉として日々楽しんで活動しています。

定例学習会

興味がある人は、いつでも参加できます。私たちと一緒に学習し、活動しませんか？
みなさんの参加をお待ちしています。

月日	内容
7月11日(木)	子ども料理教室調理試作
9月9日(月)	きまみにスポーツ健康フェスタウオーキング準備
10月30日(水)	リフレッシュ運動
11月(未定)	みそ作り実習
12月6日(金)	おもてなし料理実習
2月13日(木)	計画立案・手帳集計
3月(未定)	お疲れ様会



保険証が届きます

8月1日以降の新しい保険証を郵送します

現在使用している国保と後期高齢者医療の保険証の有効期限は、7月31日までです。
新しい保険証は、7月中旬に簡易書留郵便で郵送しますので、8月1日からはそちらを使用してください。

新しい保険証の色

国民健康保険…藤色
国民退職者医療…青色
後期高齢者医療…オレンジ

8月1日以降の国民健康保険被保険者証(上)と後期高齢者医療被保険者証(下)の見本

国民健康保険被保険者証

交付年月日 平成25年 8月 1日
有効期限 平成26年 7月31日

記号 益 城 番 号 0 0 0 0 0 0
資格

氏名 益城 太郎 性別 男

世帯主住所 熊本県上益城郡益城町大字宮園
702番地

生年月日 昭和〇年〇月〇日 世帯主氏名 益城 太郎
取得年月日 平成〇年〇月〇日

見本

保険者住所 熊本県上益城郡益城町大字宮園 702番地 保険者番号 4 3 0 9 8 3 益城町之印
T E L 096-286-3111 保険者名 益 城 町

後期高齢者医療被保険者証

有効期限 平成26年 7月31日

被保険者番号 1 2 3 4 5 6 7 8

住 所 熊本市東区健軍2丁目4番10号 熊本市町村自治会館2階 後期高齢者医療広域連合事務局

氏 名 広域 太郎 性別 男

生年月日 大正 1年 1月 1日 資格取得年月日 平成20年 4月 1日
発効期日 平成20年 4月 1日 交付年月日 平成25年 8月 1日

一部負担金の割合 1割

見本

保険者番号 3 9 4 3 1 2 3 4
保険者名 熊本県後期高齢者医療広域連合