

国保のお役立ち情報をお届けします！

# ぴっぴのこくほ

令和7年4月発行【No. 112】

## 《 医療費の自己負担とは？ 》

皆さんは医療費の自己負担がどのように計算されているか知っていますか？  
保険証等を使って医療を受けた際は、年齢や所得によって支払う自己負担割合（全体の医療費の何割が自己負担となるか）が次のように変わります。

- 小学校入学前までの乳幼児・・・2割負担
- 小学生以上70歳未満の方・・・3割負担
- 70歳以上75歳未満の方・・・2割負担
- 70歳以上の現役並み所得の方・・・3割負担



ただし、**比布町では高校生までの医療費負担はほぼありません！！**

比布町では医療費助成事業を行っており、中学校を卒業するまで自己負担はかかりません。また、高校生等にかかった自己負担を町内商品券で還元する助成事業も行っているため、**お子さんにかかる医療費負担はほとんどありません。**

※保険証等を使えない私費診療（保険外診療）は、全額自己負担になります。

健康保険（保険証等）の切り替え手続きをされていない場合、医療費を全額負担することとなる場合もありますので、健康保険の切り替え手続きはお忘れのないようお願いいたします。マイナ保険証をご利用の方も、**保険の加入脱退手続きは必要です。**

**4月は健康保険の切替が多い時期です。  
国保の加入・脱退の手続きを忘れずに！**





## 【 国保医療係からのお知らせ 】

### ○生活習慣病ってどういう病気??

生活習慣病とは「食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒等の生活習慣が、その発症・進行に關与する疾患群」のことであり、糖尿病や脂質異常症、高血圧症などがあります。これらは**本人に自覚症状のない**まま動脈硬化を進め、ある日突然、心筋梗塞や脳梗塞を引き起こしたり、悪性新生物（がん）や、脳血管疾患に罹り、死まで至らなくとも、日常生活に支障が出たり介護が必要になってしまうこともあります。

生活習慣病は年齢に関わらず発症するため、「まだ若いから」と安心できるものではありません。発症のリスクを下げるには、日ごろから規則正しい生活習慣を積み重ねることは勿論ですが、必ず1年に1回は健康診査を受け、自分の健康状態を知ることが大事です。



### ○特定健診の受診をお願いします！！

令和7年度も国保加入者を対象に、特定健康診査（特定健診）を実施します。現在、保健センターで7・10月に実施の総合健診（集団健診）の申し込み受付を行っています。「自分は大丈夫」とは思わずに、この機会にぜひ受診をお願いします。

なお、社会保険加入等により受診日時点で国保資格を喪失している方につきましては、比布町の特定健診を受診することは出来ません。その場合は、ご加入の保険者へお問い合わせください。

また、医療機関での個別健診も可能ですので、詳しくは保健センターまたは国保医療係までお問い合わせください。



#### 【お問い合わせ先】

保健福祉課 国保医療係  
保健センター

電話：85-4804  
電話：85-2555



# まなびっふ

比布町教育委員会生涯学習広報紙



令和7年4月 最終号

発行 比布町教育委員会(TEL)85-2262



3月9日(日) ぴっぷ130年記念町民スキー大会



「まち」の最新

情報はこちら



## 令和7年度 比布アドベンチャーズ 参加者募集のお知らせ

令和7年度比布アドベンチャーズの参加者を募集します。

みんなと一緒に学んだり、探検をしたりして広大な比布の自然と触れ合いましょう！

- ・主催 子ども会育成員連絡協議会
- ・共催 教育委員会・比布町公民館
- ・開催日 令和7年4月21日(月)
- ・時間 午前8時45分 福祉会館出発  
午後3時30分 福祉会館到着

※状況によって、予定より早くに帰館する場合があります。

- ・対象 1～9年生の子ども会会員
- ・場所 ぴっぷなカバ林
- ・内容 白樺の樹液採取、なめこ栽培、モノづくり、
- ・昼食 カレー
- ・服装 長袖、長ズボン、長靴
- ・持ち物 帽子、手袋、タオル、飲み物、お米(昼食用)

※申込みにつきましては、下記QRコードよりお願いします。

※事業の様子を町の広報紙やSNSで紹介する場合があります。了承いただけない場合は事前にご連絡ください。



申込みフォームはこちら→



## ぶっくんシアター開催のお知らせ

大きなスクリーンで映画を見ましょう。  
図書館窓口または電話にて予約を受付けます。  
作品名については図書館にお問合せください。

日時：4月24日(木) 午前10時～正午  
場所：図書館 視聴覚室  
申し込み：図書館 (Tel 85-3354)

## 令和7年度白寿大学 始業式・クラブ顔合わせのお知らせ

下記の日程で実施しますので学生のみなさんへご出席ください。

日時：4月28日（月）午前10時00分

時間：福祉会館 大講堂



※白寿大学では随時、学生を募集しています！

- ・対象 60歳以上の町民の方
- ・内容 講義、社会見学（年間10回程度）
- ・会費 クラブに所属する場合、1クラブにつき1,000円  
クラブに所属しない場合、無料
- ・クラブ 昨年度まで活動しているクラブ
  - ・郷土研究クラブ
  - ・写真クラブ
  - ・パークゴルフクラブ
  - ・絵手紙クラブ
  - ・書道クラブ
  - ・健康クラブ
- ※新しいクラブ設置や複数のクラブへの参加も可能です。
- ・申込み 教育委員会窓口にてお申込みください。  
TEL 85-2262（文化振興係）

### テニスコート使用料改定について

令和7年度よりA～Cコートの使用料を改定しますので、お知らせします。

改定日：令和7年4月1日

改定額：1面1時間の料金

| 【比布町内】 | 改定後  | 改定前  |
|--------|------|------|
| 一般     | 500円 | 400円 |
| 社免団体   | 250円 | 200円 |
| 高校生以下  | 0円   | 0円   |

| 【比布町外】 | 改定後    | 改定前  |
|--------|--------|------|
|        | 1,000円 | 800円 |

※未改修のDコートにつきましては料金は変わりません。

### 図書館の休館日・開館時間の変更について

図書館の休館日と開館時間が下記のとおり変更となります。

変更日：令和7年5月1日

休館日：毎週日曜日・月曜日・祝日

毎月最終水曜日

年末年始（12月30日～1月5日）

開館時間：平日 午前10時～午後6時

土曜日 午前10時～午後5時



3月16日（日）文化連盟芸術発表祭



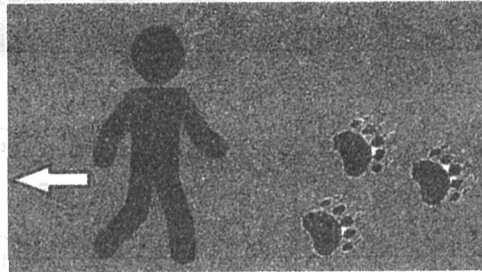
# 春はヒグマとの遭遇に注意!!

雪が溶け、春が近づいてくるにつれてヒグマが冬眠から目覚め動き始めます。

春には山菜採りに出かける方もいると思いますが、山に入る際にはできるだけ複数人で行動する、熊鈴、熊撃退スプレーなど音の出る物や、熊対策グッズを持っていくことを徹底してください。

また、熊の姿や熊の足跡などの痕跡を発見した際は、慌てずゆっくり下がりクマを興奮させないように避難しましょう。

一人一人が熊への対策を行い、ヒグマによる事故を防止しましょう。



# ぴっぴ

蘭留 比布  
竹内 板橋 工藤

## 特殊詐欺被害を防止しよう

不審な電話がかかってきたら、一度電話を切り、家族や友人などに相談するか、警察に連絡するようにしましょう。

最近はNTTドコモをかたる詐欺電話が増えています。

クレジットカードや通帳の暗証番号など、大事な情報は電話では絶対に話さないという意識を強く持って詐欺被害を防止しましょう。

警察に相談する際は、「#9110」に電話するようにしてください。

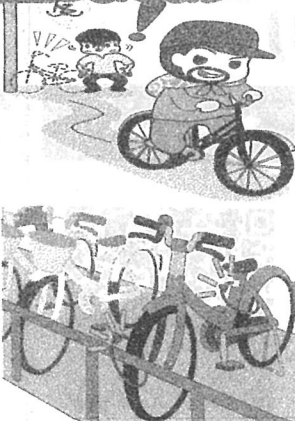


## 自転車の盗難を防止しよう!

雪が溶け、自転車に乗る方も増える時期ですが、自転車の盗難に注意しましょう。

比布町でも自転車を盗まれる事件は発生しています。

自転車を駐輪する際は、必ず施錠をして、盗難被害を防止しましょう。



## 春の全国交通安全運動

事故はいつ起こるかわかりません。

自転車に乗る際はヘルメットを被る、車に乗る際もシートベルトをしっかりと装着するようにして怪我の防止に努めましょう。



緊急通報は110番、相談電話は「#9110」に!

～暴力団 地域団結 断固拒否～

# 地域安全ニュース

発行

旭川中央防犯協会  
旭川中央地区防犯協会  
旭川市市民委員会連絡協議会防犯部

令和7年3月号

TEL 25-0110 (内線281)

# 3月



北海道警察マスコット ほくとくん

## 万 引 き

◆ 2月5日、宮下通7丁目において、店舗内に陳列していたイチゴが盗まれた。

## 部 品 盗

◆ 1月20日、7条通2丁目において、駐車場に止めた車からナンバープレートが盗まれた。

## 器 物 損 壊

◆ 1月24日、6条通14丁目において、陳列中の衣類に、スミンクリーム様の物が塗りこまれた。

◆ 2月2日、春光6条9丁目において、駐車場に止めた車がパンクさせられた。

## 電子計算機使用詐欺

◆ 2月2日、神居町西丘において、不正に取得したQRコードでリフト券をだまし取られた。

# 不審電話対応のポイント

- ・ 非通知番号は着信拒否に設定する
- ・ 国際電話「+1」や「+44」などから始まる番号の電話には出ない、かけ直さない
- ・ 電話で名前、生年月日、住所、家族構成や現金保管状況などは絶対に答えない
- ・ 不審な電話を受けた場合は警察相談専用電話#9110に相談する

## だまされないで!

## 公然わいせつ

◆ 2月10日、神居6条1丁目において、男が路上で下半身を露出していた。



## 出店荒らし 比布町

◆ 1月26日、比布町新町2丁目において、店舗の窓ガラスが割られ侵入されて、キャッシュドロアが盗まれた。

## 過失損傷事案

◆ 2月1日、比布町北7条17丁目において、誤ってスノーボードを自走させ、車両に衝突させた。

## 無車検・無保険

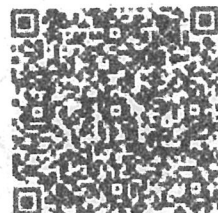
◆ 2月6日、7条通15丁目において、無車検・無保険状態の車両を運転し、物件事故を起こした。

## 窃盗 鷹栖町

◆ 1月29日、鷹栖町南1条2丁目において、店舗トイレの窓ガラスが割られて、侵入され現金在中のレジスターが盗まれた。

## 北海道警察公式アプリ

### ほくとボイス



### 主な機能

- ・防犯マップ
- ・パトロール
- ・現在地送信
- ・防犯ブザー



## 不審に感じた時は相談を!

困りごと・悩みごと・心配などは

警察相談電話 #9110

事件・事故などの緊急事態は  
110番

# 旭川中央防犯協会・旭川中央地区防犯協会