

出産育児一時金

国民健康保険に加入している方は、出産時に一時金が支給されます。
一時金の支払方法として「直接支払制度」を利用すると、出産費用としてまとまった額を事前に用意する必要がなくなります。

申請期限：出産した日の翌日から起算して2年間

支給額 42万円
※産科医療補償制度対象外の場合は40万4千円

直接支払制度を利用する場合

国民健康保険から医療機関などへ直接支払われ、退院時に支払う出産費用が支給額分少なくなります。

※出産費用が支給額未満の場合は差額分が世帯主に支給されます。

直接医療機関などで手続きしてください。

※出産費用が支給額未満の場合は、差額分を保険医療課医療保険年金係、または各支所窓口係で申請してください。

- 分娩者の国民健康保険被保険者証
- 出産費用の領収、明細書(退院時に医療機関等から交付)
- 世帯主名義の口座がわかるもの
- 直接支払制度利用についての合意文書の写し(退院時に医療機関等から交付)

一時金支払方法

手続き

必要書類等

直接支払制度を利用しない場合

退院時に出産費用の全額を支払い、退院後に申請すると一時金が世帯主に支給されます。

保険医療課医療保険年金係または各支所窓口係で申請してください。

- 分娩者の国民健康保険被保険者証
- 出産費用の領収、明細書(退院時に医療機関等から交付)
- 世帯主名義の口座がわかるもの
- 直接支払制度を利用しなかった旨の文書(退院時に医療機関等から交付)

問保険医療課 医療保険年金係 ☎お太助フォン 42-5619

家計にやさしいジェネリック医薬品を使ってみませんか？

お薬代を節約できます。

ジェネリック医薬品は特許切れの新薬をもとに、開発期間やコストを削減して作られるため、お薬によっては自己負担額が **3~5割も安くなる** ことがあります。

ジェネリック医薬品については、**医師・薬剤師にお気軽にご相談ください。**

詳しくはホームページをご覧ください。 [広島県ジェネリック](#) 検索

効き目、安全性は新薬と同等です。

ジェネリック医薬品は新薬と **同じ有効成分を同じ量使用** しています。また、たくさんの厳しい試験をクリアし **法律や国の基準に沿って製造・管理** されています。



問広島県 医療介護保険課 ☎082-513-3212

あきたかたの世界



市内で見つけた
いろいろな文化を紹介します
地域おこし協力隊 福岡 奈織

vol.03 子どもの学び場「にこにこマカロン」

放課後や夏休みなど、市内のあちこちで「にこにこマカロン」という教室が開かれています。この教室では、市内の学校に通っている「外国語が母国語」の児童・生徒が集って、日本語で話をしたり、宿題をしたり、時にはお楽しみ会をしたりと、皆さんさまざまな過ごし方で日本語を勉強されています。

私も外国語を学ぶことの大変さや、外国語をうまく話せないときの悔しい思いが少しは分かります。子どものころに外国に引っ越して、知らない言語で学校に通うというのは、とても大きなチャレンジだと思います。「にこにこマカロン」に通う皆さんは、とても勇気があってかっこいいと思いました！

「にこにこマカロン」で
いろんな話を
聞きました！

詳しくはブログで！
福岡奈織のブログ
「安芸高田市の世界」
<https://note.com/akitakatabunka>



「1人1人にマカロンのように色々な色と味わいがある」「みんなと一緒に楽しく過ごせる場にしたい」という思いが名前に込められています。



日本語には、ひらがな・カタカナ・漢字が必要です。さらに「にこにこ」や「どきどき」など音で表す言葉も多いので、外国語として学ぶのはとても大変な言語です。



国や地域、民族、人種、宗教、言葉、歴史観など、文化的背景が異なっても、一人一人が大切にされ、同じまちに住む一員として誰もが対等に一緒にまちづくりに参加できるまち。

問人権多文化共生推進課 人権多文化共生推進係 ☎お太助フォン 42-5630

食のさんぽ道

安芸高田市食生活改善推進協議会

recipe

鶏肉とピーマンのかんたん煮

【作り方】

(1人分)エネルギー205kcal、塩分1.9g

鶏肉(もも) …………… 300g

ピーマン …………… 8個

しょうゆ …………… 大さじ1

酒・みりん …………… 各大さじ1

砂糖 …………… 小さじ2

水 …………… 50cc

油 …………… 大さじ1

塩・こしょう …………… 少々



【材料(4人分)】

- ①鶏肉(もも)は一口大に切って、塩・こしょうをふる。
- ②ピーマンは、丸ごと手で握りつぶす。(味がしみやすい)
- ③フライパンを熱して油をひく。
鶏肉の皮を下にして、中火で焼き色がつくまで焼く。
裏返して、ピーマンとAを入れ混ぜる。
- ④落としぶたをして、時々混ぜながら蒸し煮にする。

問健康長寿課 健康推進係 ☎お太助フォン42-5633

毎月19日は
食育の日
唐揚げ用の鶏肉があれば
包丁を使わない料理です。