



YouTubeで、お好きな時間に見られる動画セミナー！

佐倉起業塾（入門編）オンデマンド

「起業」に興味・関心のある方へ、初心者大歓迎！



SNSを使いこなせ！ SNSマーケティング入門

「起業したい！」

事業を知ってもらうにはどうすればいいの？」

「今やっているお店をお金をかけずに宣伝したい！！

まず何からスタートすればいいんだろう・・・」

…など、そんなあなたの悩みを解決する一歩に！！

☆セミナー内容☆

1. SNSマーケティングってなに？
2. SNSマーケティングを利用するメリット
3. 各SNSの特徴
4. 運用する上でのポイント
5. 各企業のSNS活用事例
6. SNSの注意点

佐倉市の創業支援施策や、
よろず支援拠点についてもご紹介します！

☆講師☆

千葉県
よろず支援拠点
コーディネーター

志鎌 真奈美
Shikama Manami



Web制作・企画、システム構築などに従事。
著書：「Web文章の「書き方」入門教室～5つのステップで「読まれる伝わる」文章が書ける！」、「無料で始めるネットショップ作成&運営&集客がぜんぶわかる！」等多数

【公開期間】 2025年12月24日(水)9:00

～2026年2月18日(水)17:00

※受講申し込みの受付は2月18日(水)12:00まで

【申込方法】 右記二次元コードから「ちば電子申請サービス」によりお申し込みください。お申し込みいただいた方にメールにて、YouTubeのURLをお送りします。

*公開開始日時【12月24日(水)9:00】より、受講申し込みが可能です。

*視聴時の注意事項等は佐倉市のホームページでご確認ください。
佐倉市 起業塾 で検索！

【↓申込フォーム】



[お問い合わせ]

佐倉市役所 商工振興課

043-484-6529

佐倉で才能が開花する



佐倉市
Sakura City



中小企業庁
千葉県よろず支援拠点

みんなで支えるみんなの医療

千葉県後期高齢者医療広域連合 広報紙

ちば広域連合だより

千葉県人口**6,277,188**人(令和7年10月1日現在) 被保険者数**1,008,036**人(令和7年9月30日現在)
※本文中の被保険者とは、後期高齢者医療制度の被保険者を指します。

第39号

発行／千葉県後期高齢者医療
広域連合所在／〒263-0016
千葉市稻毛区天台6-4-3
国保会館内

編集／総務課

電話 043-216-5011
FAX 043-206-0085URL
<https://www.kouiki-chiba.jp/>

健康診査で毎日の生活に安心を!

検査内容

診察・問診

質問票による
フレイルチェック

身体測定



血圧測定



血液検査



尿検査



1年に1回の健康診査を受けることで

- 毎年の受診で、身体の変化を数値で確認できます。

- 病気の兆候がわかります。

健康診査で兆候がわかる病気：高血圧症・脂質異常症・糖尿病・肝臓病・腎臓病など

- フレイル(加齢により心身が衰えてきている状態のこと)チェックもできます。

- 健康についての些細な心配も相談できます。

- 定期的に通院している方も、別の視点から健康チェックができます。



健康診査を受けるには？

実施時期や申し込み方法などは、実施する市町村ごとに異なりますので、
詳細についてはお住まいの市町村窓口にお尋ねください。

令和2年度以降に受診した健診結果は、マイナポータルでも閲覧できます。
(結果の反映には受診から数か月の期間を要します。)



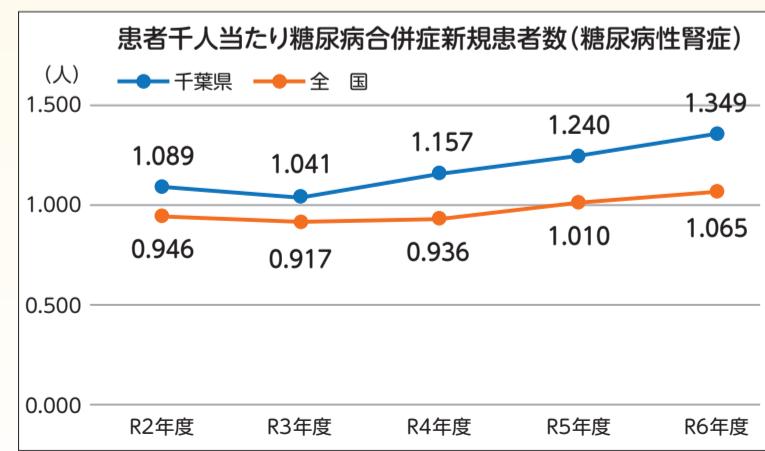
市町村問合先

健診結果を活用しています～「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業」を行っています～

広域連合では、令和2年度より高齢者の身体的、精神的及び社会的な課題に対応し、きめ細やかな支援を実施するため、市町村へ「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業」を委託しています。市町村においては、それぞれの地域の高齢者の健康課題に基づき、フレイル予防や疾病の重症化予防等の保健指導や、通いの場などの健康相談等を行っています。

一例としては、血糖値が高い状態の方や糖尿病の治療を中断した方を対象とした、医療機関の受診勧奨や保健指導を取り組んでいます。血糖値の高い状態を放置すると、合併症として糖尿病性腎症を引き起こし、人工透析による治療が必要となることがあります。糖尿病性腎症が重症化する前に適切に医療機関を受診して治療や生活の見直しに取り組むことで、身体の状態を維持することができます。千葉県の後期高齢者の状況をみると、患者千人当たり糖尿病合併症新規患者数で糖尿病性腎症と診断された方は、令和2年度の1,089人から令和6年度1,349人と徐々に増加しています。(図)

日ごろから、健康状態の把握や健康管理のために年に1回は健康診査を受けていただくとともに、保健指導の機会を積極的に利用してください。



出典：KDB(国保データベース)

医療費通知の発送スケジュールについて

お問い合わせ先 給付管理課 ☎043-216-5013

医療費通知は、医療機関等でかかった医療費の額をお知らせするために、下記のとおり発送します。

| 発送月 | 対象診療月 |
|------------|--------------------|
| 令和8年 1月下旬頃 | 令和7年 1月から令和7年10月まで |
| 令和8年 6月上旬頃 | 令和7年11月から令和7年12月まで |



●確定申告ご利用になる際の注意

医療費通知は医療費控除の添付書類としてご利用いただけますが、対象診療月が令和7年11月から12月までの医療費通知は、確定申告の申告期限に間に合うように通知をお送りすることができません。ご承知おきください。

令和7年11月から12月までの医療費については、医療機関等から発行された領収書に基づいて「医療費控除の明細書」を作成し、申告手続きを行ってください。

令和7年分の確定申告をされる方へ

お問い合わせ先 納付した後期高齢者医療保険料額については、お住まいの市(区)町村の後期高齢者医療担当窓口にお問い合わせください。

後期高齢者医療保険料は、社会保険料控除の対象です

後期高齢者医療保険料は、令和7年中(令和7年1月1日から令和7年12月31日まで)に納付した全額が社会保険料控除の対象です。

●特別徴収の方(年金から保険料を天引きされている方)

年金の源泉徴収票をご確認ください。(社会保険料控除の対象となる額が記載されています。)

●普通徴収の方(口座振替や納付書によりお支払いされている方)

口座振替されている口座の通帳や領収書をご確認ください。

また、ご自身以外(ご家族の方など)の後期高齢者医療保険料を納付書により納付したときは、その納付額の全額が、納付した方の社会保険料控除の対象となります。

確定申告、住民税申告に関するお問い合わせ

●所得税の確定申告については、所轄の税務署にお問い合わせください。

●住民税の申告(※)については、お住まいの市(区)町村の住民税担当窓口にお問い合わせください。

※収入がない場合や遺族・障害年金のみを受給している方でも、住民税の申告をしていないと保険料の軽減が受けられない場合がありますので、収入の申告をしてください。

保険証としてマイナンバーカードのご利用をご検討ください

マイナ保険証を救急の現場でも活用できる「マイナ救急」が開始され、ご自身の状況を説明することが難しい場合でも、救急隊が通院やお薬の記録などの医療情報を確認することで、より適切な処置や医療機関への搬送につながります。

申請により保険料や医療費の自己負担額の減免が受けられる場合があります

〈主な減免事由〉 ●災害により住宅等に著しい損害を受けた ●重篤な疾病、災害、事業の休廃止や失業等により収入が激減した
●刑事施設などへ拘禁され給付の制限が行われている(保険料のみ)

詳しくはお住まいの市(区)町村の後期高齢者医療担当窓口にご相談ください。

令和6年度の一人当たりの医療給付費等について

お問い合わせ先 給付管理課 ☎043-216-5013

令和6年度の医療費の総額は、8,394億6,241万円となっており、そのうち医療給付費(みなさまの自己負担額を除いた医療費)として7,666億6,397万円を千葉県後期高齢者医療広域連合が負担しています。

千葉県の一人当たりの医療給付費は、78万3,032円となり、前年度77万4,982円と比較し約1.04%増加しました。

医療費の増加は、みなさまの保険料の増加につながります。健康診査を積極的に受診して健康管理に努めるとともに医療費通知で健康に関する認識を深めていただくなど、医療費の適正化にご協力をお願いします。



| | 令和6年度 | 前年度(令和5年度) | 増減 |
|-------------|---------------|---------------|---------------------|
| 医療費の総額 | 8,394億6,241万円 | 8,002億8,236万円 | 391億8,005万円(+4.90%) |
| 医療給付費の総額 | 7,666億6,397万円 | 7,301億3,265万円 | 365億3,132万円(+5.00%) |
| 一人当たりの医療給付費 | 78万3,032円 | 77万4,982円 | 8,050円(+1.04%) |

令和6年度の医療費・医療給付費は速報値のため、今後変更となる可能性があります。また、医療費の返還金等を差し引いた額のため、決算状況の医療給付費とは一致しません。

2割負担の方の配慮措置が終了しました

お問い合わせ先 給付管理課 ☎043-216-5013

令和4年10月に始まった、2割負担の方の1か月の外来医療の負担増加額を3,000円までに抑える配慮措置(入院の医療費は対象外)が令和7年9月30日に終了しました。

2割負担の方の令和7年10月以降の外来医療の自己負担限度額は18,000円になります。

医療費の返還を求める場合があります

お問い合わせ先 給付管理課 ☎043-216-5013

適正な医療の給付を図るため、以下のような場合は返還を求める納付書をお送りしております。

●被保険者資格の喪失等に伴う医療費の返還

当広域連合の資格がない期間(例:千葉県から転出した後や生活保護の受給開始後など)に、当広域連合の資格確認書等を使用して医療機関等を受診した場合、当広域連合が負担した医療費を返還していただきます。

●負担割合の変更に伴う差額分の返還

所得の修正申告等により、医療機関等の窓口でご負担いただく自己負担割合が遡って変更となり高くなった場合、差額分を返還していただきます。

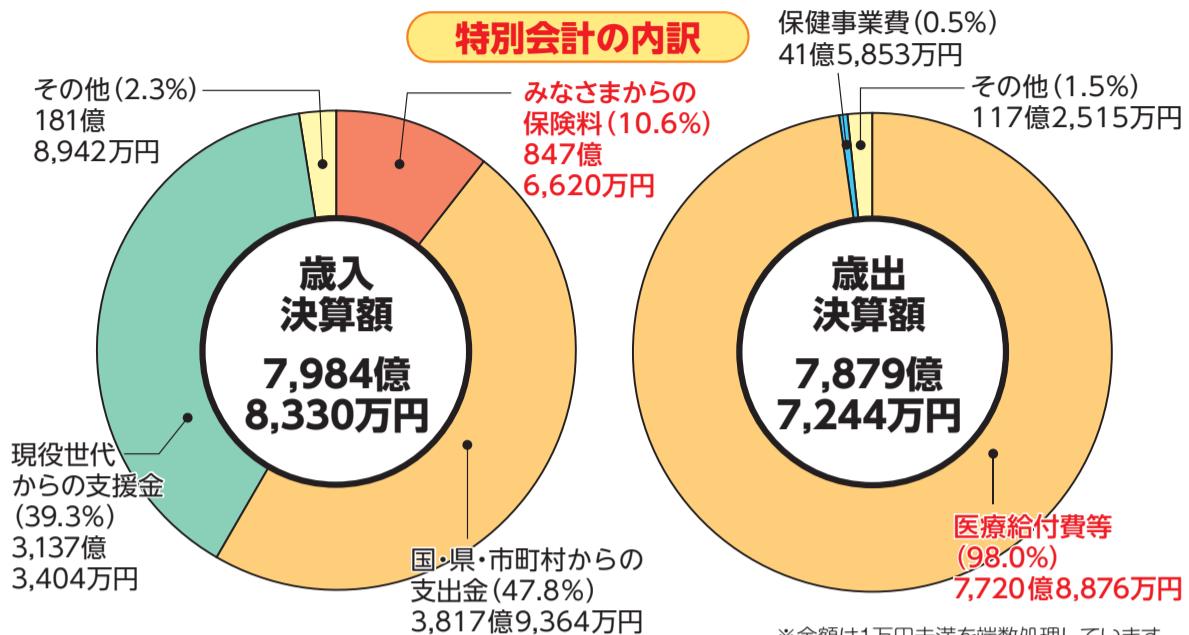


令和6年度の決算

お問い合わせ先 総務課 ☎043-216-5011

後期高齢者医療の保険制度を運営するための「特別会計」の令和6年度決算は、歳入決算額(収入)7,984億8,330万円、歳出決算額(支出)7,879億7,244万円となりました。

歳入歳出差引残額の105億1,086万円は、令和7年度へ繰り越しました。



※金額は1万円未満を端数処理しています。

令和7年第2回定例会が開かれました

お問い合わせ先 議会事務局 ☎043-216-5011

令和7年第2回千葉県後期高齢者医療広域連合議会定例会が11月7日に開催されました。

定例会では、令和6年度一般、特別会計決算の認定議案など9件が審議されました。また、4人の議員が登壇し、一般質問を行いました。(※第2回定例会の会議録は後日ホームページに掲載予定)

第2回定例会の議決結果

(議案名中『千葉県後期高齢者医療広域連合』は省略)

| | |
|---|------|
| ■議案第1号 専決処分の承認を求ることについて(職員の勤務時間、休暇等に関する条例の一部を改正する条例の制定について) | 多数承認 |
| ■議案第2号 専決処分の承認を求ることについて(職員の給与に関する条例の一部を改正する条例の制定について) | 全会承認 |
| ■議案第3号 専決処分の承認を求ることについて (職員の育児休業等に関する条例及び職員の勤務時間、休暇等に関する条例の一部を改正する条例の制定について) | 全会承認 |
| ■議案第4号 監査委員の選任について | 全会同意 |
| ■議案第5号 令和6年度一般会計歳入歳出決算の認定について | 多数認定 |
| ■議案第6号 令和6年度特別会計歳入歳出決算の認定について | 多数認定 |
| ■議案第7号 令和7年度一般会計補正予算(第1号) | 全会可決 |
| ■議案第8号 令和7年度特別会計補正予算(第1号) | 全会可決 |
| ■議案第9号 千葉県市町村総合事務組合を組織する地方公共団体の数の減少、千葉県市町村総合事務組合の共同処理する事務の一部廃止及び千葉県市町村総合事務組合規約の変更に関する協議について | 全会可決 |

千葉県後期高齢者医療広域連合議会議員名簿 (議員定数54人) (令和7年11月7日第2回定例会 現在) 敬称略

| 市町村名 | 議員名 |
|--------|--------|
| 市川市 | 市川市 |
| いすみ市 | いすみ市 |
| 我孫子市 | 我孫子市 |
| 旭市 | 旭市 |
| 市原市 | 市原市 |
| 印西市 | 印西市 |
| 一宮町 | 一宮町 |
| 柏市 | 柏市 |
| 浦安市 | 浦安市 |
| 大網白里市 | 大網白里市 |
| 市原町 | 市原町 |
| 御宿町 | 御宿町 |
| 大多喜町 | 大多喜町 |
| 大久保町 | 大久保町 |
| 半場 | 半場 |
| 内田 | 内田 |
| 島田 | 島田 |
| 恒 | 恒 |
| 市町村名 | 議員名 |
| ○は議長 | ○は議長 |
| ○は副議長 | ○は副議長 |
| 四街道市 | 横芝光町 |
| 八千代市 | 八街市 |
| 茂原市 | 茂原市 |
| 睦沢町 | 南房総市 |
| 松戸市 | 船橋市 |
| 富津市 | 富津市 |
| 野田市 | 成田市 |
| 習志野市 | 習志野市 |
| 流山市 | 流山市 |
| 長柄町 | 長柄町 |
| 富里市 | 東庄町 |
| 東金市 | 東金市 |
| 長南町 | 長南町 |
| 鎌ヶ谷市 | 鎌ヶ谷市 |
| 多古町 | 多古町 |
| 袖ヶ浦市 | 袖ヶ浦市 |
| 匝瑳市 | 匝瑳市 |
| 白井市 | 白井市 |
| 白子町 | 白子町 |
| 芝山町 | 芝山町 |
| 武市 | 武市 |
| 佐倉市 | 佐倉市 |
| 君津市 | 君津市 |
| 木更津市 | 木更津市 |
| 鴨川市 | 鴨川市 |
| 鎌ヶ谷市 | 鎌ヶ谷市 |
| 香取市 | 香取市 |
| 勝浦市 | 勝浦市 |
| 柏市 | 柏市 |
| 浦口 | 浦口 |
| 渡辺 | 渡辺 |
| 末益 | 末益 |
| 金丸 | 金丸 |
| 相川 | 相川 |
| 大庭 | 大庭 |
| 堀場 | 堀場 |
| 大久保たかし | 大久保たかし |
| 半場 | 半場 |
| 内田 | 内田 |
| 島田 | 島田 |
| 恒 | 恒 |
| 市町村名 | 議員名 |
| ○は議長 | ○は議長 |
| ○は副議長 | ○は副議長 |
| 大谷 | 立川 |
| 満子 | 木村 |
| 富士子 | 高山 |
| 清英 | 島賀 |
| 由希子 | 阿部 |
| 佳久 | 岩瀬 |
| 孝 | 川井 |
| 美津江 | 平野 |
| 麻理 | 古橋 |
| 洋基 | 石渡 |
| 理 | 谷岡 |
| 英男 | 佐久間 |
| 敏夫 | 河田 |
| 孝春 | 坂井 |
| 隆 | 坂井 |
| 嘉明 | 加藤 |
| 繁英 | 石井 |
| 喜男 | 川合 |
| 俊雄 | 高坂 |
| 嘉 | 秋山 |
| 恭子 | 山口 |
| 進 | 石田 |
| 和代 | 荒井 |
| 正夫 | 坂井 |
| 大和 | 坂井 |
| 慶子 | 白井 |
| 博 | 並木 |
| 秀雄 | 大原 |
| 教光 | 原田 |
| 悦子 | 青木 |
| 健治 | 高橋 |
| 厚子 | 渡辺 |
| 寛 | 福原 |
| 和幸 | 高木 |
| 三枝子 | 松崎 |
| 智佳 | 岡田 |
| 一浩 | 滝口 |
| 八寿雄 | 田辺 |
| 正弘 | 未益 |
| 隆志 | 和史 |
| 真樹 | 栄二 |
| 博敏 | 三枝子 |
| 新一 | 智佳 |
| 美恵子 | 一浩 |
| 恒 | 八寿雄 |

千葉県後期高齢者医療広域連合議会は、県内54市町村議会の議員のうちから選挙された議員で構成され、広域連合の条例の制定・改廃、予算案等を審議、議決する機関です。

今後の広域連合だよりの郵送について

年2回発行している「ちば広域連合だより」の3月発行分は、これまで全被保険者世帯に郵送していましたが、昨今の郵送料の値上がり等に鑑み、令和8年3月発行分から郵送を行わず、市(区)町村窓口等により配布することといたします。何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。

お問い合わせ 千葉県後期高齢者医療広域連合

千葉県後期高齢者医療広域連合コールセンター
(後期高齢者医療制度に関するお問い合わせ)

0570-066-046

千葉県後期高齢者医療広域連合は、後期高齢者医療制度を運営する特別地方公共団体(自治体)です。



ホームページ

本紙、広域連合の運営について

総務課 ☎043-216-5011

保険料、資格確認書等について

資格保険料課 ☎043-308-6768

保険給付、保健事業について

給付管理課 ☎043-216-5013

議会について

議会事務局 ☎043-216-5011

広野多珂子

HIRONO
TAKAKO

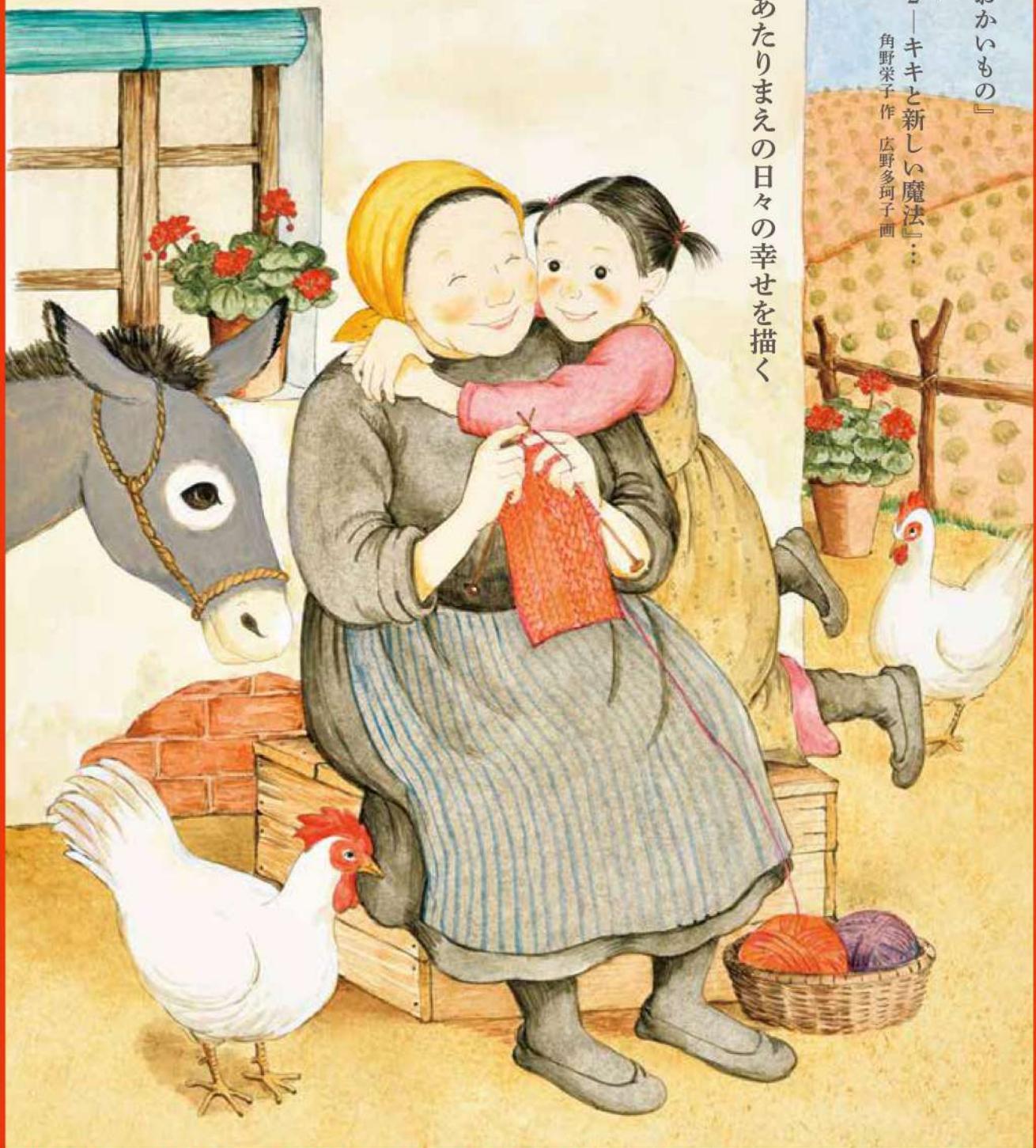
絵本原画展

「ねぼすけスーザのおかいもの」
「おさんぽ おさんぽ」

『魔女の宅急便その2—キキと新しい魔法』

角野栄子作 広野多珂子画

—あたりまえの日々の幸せを描く



「ねぼすけスーザのおかいもの」表紙原画 1991年 (下) 「魔女の宅急便その2—キキと新しい魔法」表紙原画(作・角野栄子) 1993年 ©Takako Hirono

2026.

1.24(土)

—3.29(日)

佐倉市立美術館!...cc

[休館日] 月曜日(ただし2/23は開館、2/24は休館)

[開館時間] 10:00-18:00(入館は17:30まで)

[会場] 佐倉市立美術館 2・3階展示室

[観覧料] 一般800円(640円)／大学生600円(480円)／高校生以下無料

()内は、前売り及び20名以上の団体料金 前売券は佐倉市立美術館、佐倉ハーモニーホール(佐倉市民音楽ホール)、佐倉市観光協会、JR佐倉駅前観光情報センターにて2026.1.23まで販売 障害者手帳をお持ちの方はご本人と介助者1名無料

主催: 佐倉市立美術館 / 協力: 福音館書店 一般財団法人 角野栄子児童文学財团

