



# シニア向け 情報

## シルバー人材センター 新規入会説明会

とき 5月11・25日(水)午前10時

ところ 総合福祉センター 高齢者生きがい活動センター内 2階会議室

※所要時間は1時間程度です。

対象 町内在住で、健康で働く意欲のある60歳以上の方

問合せ先 シルバー人材センター ☎(443)1680

## 保健推進員主催 男の体操教室part4

男性限定の体操教室なのでお気軽にご参加いただけます。仲間と一緒に、楽しく体を動かしてみませんか。

とき 5月12日 7月7日 9月1日 11月10日 平成29年1月12日 3月2日(全木曜)

午後1時30分～3時

ところ 保健センター健康館すこやかおおはる

対象 60歳以上の男性

内容 ストレッチや、ボールを

使った体操等

講師 あいち健康づくりリーダー

参加費 毎回200円

持ち物 薄手のタオル、飲み物、動きやすい服装

申込期限 定員20名に達するまで

申込・問合せ先 保健センター健康館すこやかおおはる

☎(444)2714

## はるちゃんカフェ (認知症カフェ)

認知症の方やその家族、地域の方々、関係者が集まってお話をしたり、悩みを打ち明ける場です。お茶やお菓子を食べながらほっと一息。ふらっとお好きな時間にお立ち寄りください。

とき 5月27日(金)午後1時30分～3時30分

ところ 総合福祉センター1階会議室

内容 「ふまねっと運動」楽しく体を動かそう(予定)

参加費 無料(予約不要)

今後の予定 7月22日 11月25日

平成29年1月27日 3月24日

問合せ先 愛の家グループホーム おおはる ☎(449)6013

役場 民生課内線115

## 介護予防教室

●はつらつ体操教室

運動機能等を向上するための教室です。皆さんと一緒に楽しく身体を動かしましょう。

とき

・Aコース 6月6日 7月4日 8月1日 9月5日 10月3日 11月7日 12月5日 平成29年1月16日(全月曜)

・Bコース 6月20日 7月11日 8月8日 9月12日 10月17日 11月21日 12月19日 平成29年1月23日(全月曜)

午前10時～11時30分

9・10月のみ午後1時30分～3時

ところ 保健センター健康館すこやかおおはる

対象 65歳以上の方

内容 軽い運動、ストレッチ、健康のための講話など

講師 健康づくりリーダー、管

理栄養士、歯科衛生士、柔道整復師

**申込期間** 5月9日(月)～20日(金)

※定員になり次第締め切ります。

**参加費** 無料

**定員** 各コース25名

**持ち物** 飲み物、筆記用具、動きやすい服装

●**手軽にできる男の料理教室**

高齢者の男性を対象にした料理教室です。料理をしながら仲間づくりをしませんか。

**とき** 6月14日 8月9日 10月11日 12月13日 平成29年2月14日(全火曜)

午前10時～午後1時ごろ(午前9時50分受付開始)

**ところ** 保健センター健康館すこやかおおはる

**対象** 65歳以上の男性の方

**内容** 調理実習、栄養講話など

**講師** 管理栄養士

**申込期間** 5月9日(月)～31日(火)

※定員になり次第締め切ります。

**材料費** 1回500円

**定員** 20名

**持ち物** エプロン、ふきん2枚、三角巾、筆記用具

**申込・問合せ先** 役場 民生課

内線1115

後期高齢者医療制度にご加入の方へ  
**人間ドック・健康診査のお知らせ**

後期高齢者の人間ドックを実施します。身体の各部位の精密検査を受けて、普段気が付きにくい疾患や臓器の異常や健康度などをチェックしましょう。

また、後期高齢者健康診査を実施します。生活習慣病とその予備群を早期に発見し、状態が軽いうちに早めに予防につなげることで重症化を防ぐことを目的としています。なお、生活習慣病で治療を受けている方も対象になります。

お手元に受診券などが届いたら内容を確認して、人間ドック・個別健診・集団健診いずれか一つのみを受診することができますので申し込みましょう。

「特にどこも悪くない」「面倒くさい」と思っている方もちよつと考えて…。病気の中には身体に痛みが出ないものもあります。健診

でああなたの身体の元気をチェックしましょう。

**問合せ先** 役場 保険医療課

内線1711・172



平成28・29年度  
後期高齢者医療制度の  
保険料率改定について

後期高齢者医療制度では、財政運営期間を2年間とし、この期間の医療費の財源に充てるため、保険料率の改定を行いました。

保険料は、一人当たりの医療給付費の増大などにより、平成26・27年度と比べて、7・91%の増加が見込まれましたが、剰余金を活用することにより、2・30%に抑制されました。

**保険料が増加する理由**

① 被保険者一人当たりの医療給

付費が伸びたこと

② 高齢者人口が増加したことにより、後期高齢者負担率(医療給付費に占める保険料負担の割合)が10・73%から10・99%になったこと

		平成28・29年度	平成26・27年度
保険料率	所得割率	9.54%	9.00%
	被保険者均等割額	46,984円	45,761円
一人当たり平均保険料(年額)		84,035円	82,144円

●**保険料の計算方法**

保険料は所得金額に応じて計算されます。

① **所得金額**

(所得金額-33万円)×所得割率9・54%

② **被保険者均等割額**

被保険者一人当たり46984円

①+②=保険料額(限度額57万円)

※100円未満切り捨て

※年金所得のみの方は(年金収入-公的年金等控除額)が所得金額になります。

●所得の低い世帯の方の保険料の軽減について

所得の低い世帯の方の保険料の軽減は、平成28年度から国の基準に合わせて対象を拡大しました。

①被保険者均等割額の軽減(一人当たり軽減額)

世帯主とその世帯にいる被保険者の所得金額の合計に応じて被保険者均等割額を次のとおり軽減します。

・9割軽減(4万2286円軽減)

所得金額の合計が33万円以下で被保険者全員の年金収入が80万円以下(その他の所得なし)

・85割軽減(3万9937円軽減)

所得金額の合計が33万円以下で9割軽減に当てはまらない

・5割軽減(2万3492円軽減)

所得金額の合計が33万円を超え33万円+(26.5万円×世帯の被保険者数)以下

・2割軽減(9397円軽減)

所得金額の合計が33万円を超え33万円+(48万円×世帯の被保険者数)以下

※傍線部について平成28年度から軽減対象が拡大されました。

※65歳以上の方の公的年金所得は、通常の所得から15万円を控除した額で判定します。

②所得割額の軽減

・5割軽減

本人の所得金額から33万円を引いた額が58万円以下(公的年金収入で211万円以下)

●職場の健康保険などの被扶養者だった方の軽減について

これまで職場の健康保険などの被扶養者で自分の保険料を納めていなかった方は、保険料の被保険者均等割額が9割軽減され、所得割額が課せられません。

●平成28年度保険料額の決定通知書は、7月中旬ごろにお届けします

問合せ先 役場 保険医療課

内線171・172

県後期高齢者医療広域連合

☎(955)1223

# 確認じゃ! 高齢者向け給付金



(年金生活者等支援臨時福祉給付金)

●対象となる方は、申請期間内に役場民生課へ申請してください

「一億総活躍社会」の実現に向け、賃金引き上げの恩恵が及びにくい所得の少ない高齢者を支援するため、高齢者向け給付金(年金生活者等支援臨時福祉給付金)を支給します。

**対象** 平成27年1月1日時点で本町に住居登録があり、平成27年度住民税が課税されていない方で、平成28年度中に65歳以上になる方(昭和27年4月1日以前に生まれた方)

※平成27年1月2日より後に本町へ転入してきた方は、平成27年1月1日時点で住民票のある市区町村が申請先となりますので、ご注意ください。

※ご自身を扶養している方が課税される場合や生活保護の被保護者となっている場合などは対象外

**支給額** 対象者一人につき30,000円

**受付期間** 4月27日(水)~7月27日(水)

**申請方法** 支給対象と思われる方へ4月下旬に申請書等を送付しましたので、申請書に記入のうえ、申請内容確認書類を添えて、同封の返信用封筒で返送してください。給付金は、申請書に記載した金融機関の指定口座に入金されます。

**申請方法に関する問合せ先** 役場 民生課 ☎(444)3381・3382(平日午前9時~午後5時)

**制度に関する問合せ先** 厚生労働省 ☎0570(037)192(平日午前9時~午後6時)

●「高齢者向け給付金(年金生活者等支援臨時福祉給付金)」の

“振り込み詐欺”や“個人情報情報の詐取”にご注意ください