

介護予防教室

月	日	曜日	時間	場所	地区	内容
5月	6	木	9:00~10:30	忌部農業構造改善センター	山川	栄養のお話
			13:00~14:30	鍛冶屋敷公会堂	川島	楽しい脳体操
	10	月	9:00~10:30	南町集会所	山川	介護予防体操
			13:00~14:30	飯尾敷地公民館・飯尾敷地コミュニティセンター	鴨島	介護予防体操
	11	火	9:00~10:30	川島老人福祉センター	川島	介護予防体操
			13:00~14:30	山路東原集会所	鴨島	口腔(こうくう)ケア
	12	水	9:00~10:30	川島公民館久保田分館	川島	介護予防体操
	13	木	9:00~10:30	川島公民館城山分館	川島	楽しい脳体操
	14	金	9:00~10:30	三ツ島西公会堂	川島	介護予防体操
			13:30~15:00	山瀬公民館	山川	介護予防体操
	18	火	9:00~10:30	川島公民館上桜分館	川島	口腔ケア
			13:00~14:30	山川公民館	山川	介護予防体操
19	水	9:10~10:40	東山老人憩の家	美郷	口腔ケア	
20	木	9:30~11:30	西麻植市郷会館	鴨島	介護予防体操	
24	月	9:00~10:30	鴨島老人福祉センター	鴨島	介護予防体操	
		13:00~14:30	知恵島老人憩の家	鴨島	介護予防体操	
25	火	9:00~10:30	川島公民館山田分館	川島	介護予防体操	
28	金	9:00~10:30	森山公民館	鴨島	介護予防体操	

※健康手帳を持参してください。 ※資料がある場合があります。眼鏡が必要な方は持参してください。
 ※健康相談の受付時間は、基本的に開始時刻から30分間です。 ※講座内容は変更する場合があります。

リハビリ教室

月	日	曜日	時間	場所	地区	内容
5月	17	月	13:30~15:30	西川田福祉センター	山川	● 血圧測定
	20	木	13:30~15:30	川島公民館岡山分館	川島	● 体力測定(握力・2ステップ)
	26	水	9:00~11:00	八坂会館	山川	● 理学療法士による個別運動指導
	27	木	9:00~11:00	牛島公民館	鴨島	● 集団体操

● 問い合わせ 長寿いきがい課 ☎22-2264 FAX22-2260

生活機能低下を防ごう みんなで「生活不活発病」の予防を!

徳島県後期高齢者医療制度 保険料のお知らせ

令和3年1月1日施行の個人所得課税の見直しや政令・条例等の改正により、令和3年度から基礎控除額・均等割額の軽減割合などの見直しが行われています。

また、下記の計算方法で算出された保険料は、所得の低い方および国保・国保組合以外の健康保険の被扶養者であった方は、軽減制度があります。

被保険者に納めていただく保険料は、公費や現役世代の支援金とともに大切な財源となり、後期高齢者医療に要する費用に充てることとなっています。

令和3年度 保険料の計算方法

保険料 = 均等割額 + 所得割額 ※100円未満切捨て、上限額64万円

均等割額

55,000円
(被保険者全員が等しく負担)

所得割率

(総所得金額等 - 基礎控除 43万円) × 所得割率 10.28%
(被保険者が所得に応じて負担)

令和3年度 保険料の軽減

均等割額の軽減

世帯主と世帯の被保険者の所得額の合計に応じて、均等割額が世帯単位で軽減されます。

世帯の所得額の合計	均等割額の軽減割合
43万円 + 「10万円 × (年金・給与所得者の数 - 1)」以下	7割
43万円 + 「28万5,000円 × 世帯の被保険者数」 + 「10万円 × (年金・給与所得者の数 - 1)」以下	5割
43万円 + 「52万円 × 世帯の被保険者数」 + 「10万円 × (年金・給与所得者の数 - 1)」以下	2割

被用者保険の被扶養者であった場合の軽減

後期高齢者医療制度加入の前日まで、国保・国保組合以外の健康保険の被扶養者であった方は、所得割額の負担がなく、均等割額については、資格を取得してから2年を経過する月までは5割軽減が適用されます。ただし、上記の7割軽減に該当する場合は、7割軽減が適用されます。

均等割額の軽減割合	所得割額
5割	負担なし

保険料の納め方について

年金から差し引かれる方については、4月分から8月分までは仮に算定した保険料額を納めていただきます。保険料の算定基礎となる前年の所得が確定後、8月に保険料額の調整を行い、10月分以降の年金から本徴収として納めていただきます。

また、4月分の年金から保険料が差し引かれていない方については、8月に保険料額と納付方法を記載した通知をお送りする予定です。

入院したときの食事代などについて

同一世帯の全員が住民税非課税の方は、入院や高額な外来診療を受けるときに「限度額適用・標準負担額減額認定証」を病院の窓口で提示することで、医療機関ごとに医療費および食事代の自己負担限度額が減額されます。認定証が必要な方は、国保年金課(本館1階)に申請してください。

また、認定証の適用区分が「区分Ⅱ」に該当する方の食事代は、過去1年間の入院日数が90日を超えると、再度申請いただくことで長期該当(さらに減額)となる場合がありますので、国保年金課へ問い合わせください。

● 問い合わせ 国保年金課 ☎22-2213 FAX22-2243

不法投棄は大変な犯罪です! もし不法投棄を見かけたら、ご連絡ください。
 阿波吉野川警察署 ☎25-6110 環境企画課 ☎22-2230 FAX22-2247