

介護予防教室

月	日	曜日	時間	地区	場所	内容
6	2	月	9:00~10:30	川島	こだま会館	栄養のお話
			13:00~14:30	川島	立石公会堂	
	3	火	9:00~10:30	川島	川島公民館神後分館	楽しい脳体操
	4	水	9:00~10:30	山川	中部農業構造改善センター	栄養のお話 介護予防体操
			13:30~15:00	鴨島	上浦公民館	
	5	木	9:00~10:30	川島	川島公民館敷地分館	介護予防体操 口腔ケア
			13:00~14:30	山川	瀬詰老人会館	
	6	金	9:00~10:30	川島	三ツ島西公会堂	
	9	月	9:00~10:30	鴨島	森藤集会所	楽しい脳体操
	10	火	9:00~10:30	川島	川島公民館学西分館	健 楽しい脳体操
			13:00~14:30	鴨島	牛島集会所	
	11	水	9:00~10:30	山川	八坂会館	康 介護予防体操
			13:00~14:30	美郷	中枝老人憩の家	
	12	木	9:15~11:00	鴨島	西麻植公民館	楽しい脳体操
	13	金	9:00~10:30	川島	川島公民館本町分館	栄養のお話
	16	月	13:30~15:00	山川	西川田福祉センター	相 介護予防体操
			9:00~10:30	美郷	三山老人憩の家	
	17	火	13:00~14:30	山川	湯立会館	談 楽しい脳体操
			9:00~10:30	川島	東児島公民分館	
	20	金	9:10~10:40	美郷	中古井広域集落センター	介護予防体操 介護予防体操
			13:00~14:30	鴨島	飯尾会館	
	23	月	13:00~14:30	鴨島	敷地老人憩の家	楽しい脳体操
	24	火	13:00~14:30	山川	元木会館	楽しい脳体操
	25	水	9:00~10:30	川島	川島公民館久保田分館	栄養のお話 介護予防体操
			13:00~15:00	鴨島	知恵島公民館	
	26	木	9:00~10:30	鴨島	牛島公民館	楽しい脳体操
	30	月	13:00~14:30	鴨島	知恵島老人憩の家	

※初めて参加される方は問い合わせください。 ※フレイル予防手帳を持参してください。 ※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。 ※歯科衛生士による口腔ケア講座、管理栄養士・栄養士による栄養講座、理学療法士による介護予防体操、作業療法士による楽しい脳体操を実施しています。

リハビリ教室

月	日	曜日	時間	地区	場所	内容
6	23	月	9:00~11:00	山川	南町集会所	●血圧測定 ●理学療法士による個別運動指導 ●集団体操

●問い合わせ 長寿いきがい課 ☎22-2264 FAX22-2260

消費者ひろば

「リチウムイオン電池の発火などの事故に注意を」

充電することで繰り返し使用できるリチウムイオン電池は、スマートフォンやタブレット端末、モバイルルーター、モバイルバッテリーなどさまざまな商品に使用されています。

高容量・小型・軽量という特徴がある一方、カバンに入れていたモバイルバッテリーから発煙・発火するなどの事故が発生しており、このような事故を防ぐために次の点に注意しましょう。

- 充電端子が発熱・異臭など異常がみられたり、リチウムイオン電池に膨張がみられたら使用を中止しましょう。
- 接続する機器の仕様に合った充電器を使いましょう。
- リチウムイオン電池を搭載した機器は、使用中や充電中に発熱します。熱がこもる環境に置かないようにしましょう。
- 製造販売元や型式・仕様が不明確な商品の購入は避けましょう。

問い合わせ 市消費生活センター(市民生活課内)
消費生活ホットライン ☎22-1840
FAX 22-2245

後期高齢者医療制度 保険料のお知らせ

被保険者の皆さんが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。

【保険料額の計算について】

保険料の額は、所得割額と均等割額の合計となっており、所得の低い方および被用者保険（国保・国保組合以外の健康保険）の被扶養者であった方については、軽減制度があります。

令和7年度における保険料の計算方法および軽減制度の詳細は以下のとおりです。

所得割額 被保険者の所得に応じて負担 賦課のもととなる所得金額（※） × 所得割率（10.55%）	+	均等割額 被保険者が等しく負担 56,311円	=	保険料（年額） 100円未満切り捨て 上限額80万円
---	---	---	---	---

※前年の総所得金額および山林所得金額ならびに株式・長期（短期）譲渡所得金額等の合計から地方税法に定める基礎控除額（合計所得金額が2,400万円以下の場合は43万円）を控除した額です（雑損失の繰越控除額は控除しません）。

保険料の軽減（令和7年度）

均等割額の軽減	世帯主と世帯の被保険者全員の総所得金額等を合計した額が、次に示す軽減判定基準以下の場合は、均等割が軽減されます。
軽減判定基準	
43万円 + 「10万円 × (年金・給与所得者の数 - 1)」以下	7割
43万円 + 「30万5,000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 + 「56万円 × 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
<ul style="list-style-type: none"> ●軽減判定は、当該年度の4月1日（年度途中に徳島県で被保険者の資格取得した方は資格取得日）時点の世帯状況により行います。 ●軽減判定において世帯の総所得金額等の合計額を計算する際、65歳以上（※）の方については、年金所得から15万円を控除します。 ●表中の〰（波線）部分は、年金・給与所得者の数が2人以上の場合に計算します。 ●「年金・給与所得者」とは、世帯主および世帯の被保険者のうち、次のいずれかに該当する方のことです。 <ol style="list-style-type: none"> ①給与収入額（専従者給与を含まず）が55万円を超える方 ②65歳未満（※）で、公的年金収入額が60万円を超える方 ③65歳以上（※）で、公的年金収入額が125万円を超える方 <p>※令和7年度は、昭和35年1月1日以前に生まれた方が65歳以上となります。</p>	

被保険者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被用者保険（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、後期高齢者医療制度の被保険者になってから2年の間、均等割額が5割軽減されます。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。

被用者保険の被扶養者であった被保険者に対する被保険者均等割軽減（後期高齢者医療制度の被保険者になってから2年の間）	軽減割合 5割
---	-------------------

保険料の納め方 年間保険料額は毎年8月に決定し、お知らせします。納付方法は、「特別徴収」と「普通徴収」の2通りで、納付先は国保年金課です。

<p>●特別徴収（年金からの天引き） 公的年金の受給額が年額18万円以上で、介護保険料と後期高齢者医療保険料の合計額が、1回あたりに受け取る年金額の2分の1以下の方が対象です。なお、4月から8月分については、年間保険料額決定前のため、仮の保険料額で特別徴収を行います。</p> <p>●普通徴収（納付書または口座振替による納付） 特別徴収の対象とならない方については、納付書または口座振替による納付となります。</p> <p>※新たに被保険者となった方や、市町村をまたいで転出・転入した方については、一定期間普通徴収となります。</p>	<p>【特別徴収】の徴収例</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <th colspan="3">仮徴収</th> <th colspan="3">本徴収</th> </tr> <tr> <td>4月</td> <td>6月</td> <td>8月</td> <td>10月</td> <td>12月</td> <td>2月</td> </tr> <tr> <td colspan="3">前年の所得が確定するまでの間、前年度の保険料額を基に仮算定された保険料額を徴収します。</td> <td colspan="3">前年の所得確定後の8月に年間保険料額を決定し、その年間保険料額から仮徴収額を差し引いた額を3期に分けて徴収します。</td> </tr> </table>	仮徴収			本徴収			4月	6月	8月	10月	12月	2月	前年の所得が確定するまでの間、前年度の保険料額を基に仮算定された保険料額を徴収します。			前年の所得確定後の8月に年間保険料額を決定し、その年間保険料額から仮徴収額を差し引いた額を3期に分けて徴収します。		
仮徴収			本徴収																
4月	6月	8月	10月	12月	2月														
前年の所得が確定するまでの間、前年度の保険料額を基に仮算定された保険料額を徴収します。			前年の所得確定後の8月に年間保険料額を決定し、その年間保険料額から仮徴収額を差し引いた額を3期に分けて徴収します。																

●問い合わせ 徳島県後期高齢者医療広域連合事務局事業課 ☎088-677-3666
(〒771-0135 徳島市川内町平石若松78番地1)
国保年金課 ☎22-2213 FAX22-2243