

# いよいよ4月から

## 後期高齢者医療制度が始まります

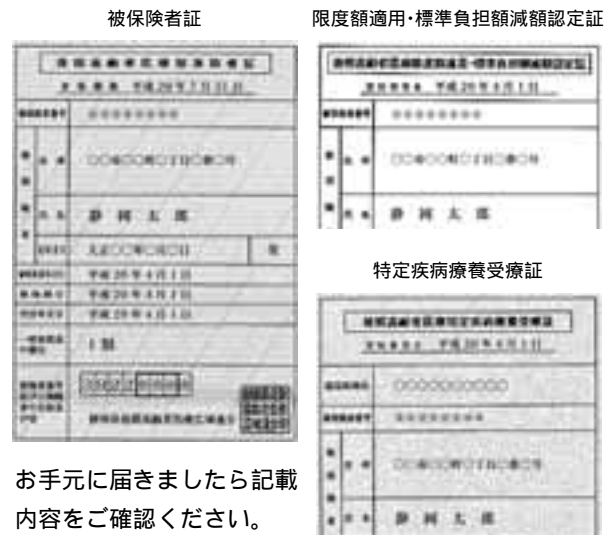


後期高齢者医療制度について、これまでに制度の概要、対象者、保険料などについてお知らせをしてきました。今回は、開始直前ということもあって、被保険者証等の郵送と保険料の納期についてお知らせします。

問合せ先 健康増進課国保年金係 ☎ 23922

### 被保険者証(保険証)等が郵送されます

**発送時期** 3月20日過ぎを予定  
**対象者** ①現在老人医療受給者証をお持ちの方、②平成20年3月2日から4月30日までに75歳になる方  
 県外の市区町村が発行している受給者証をお持ちの方は対象外です。  
**注意事項** ②の方のうち4月2日以降の誕生日の方は、保険証の効力は誕生日からとなりますので、それまでは現在お持ちの保険証をお使いください。



5月以降に75歳に到達される方は、誕生日の前月に保険証を郵送します。  
**限度額適用・標準負担額減額認定証と特定疾病療養受療証**  
 ①の方は保険証と一緒に郵送、②の方は新たに申請が必要のため、その後に発行(5月以降誕生日の方含む)。  
 お手元に届きましたら記載内容をご確認ください。

### 保険料の納期と納めかた

	特別徴収	普通徴収
<b>対象者</b>	・年金が年額18万円以上の方(介護保険料との合計が年金額の1/2を超える場合を除く)	・年金が年額18万円未満の方 ・介護保険料との合算が年金額1/2を超える方
<b>納付方法</b>	支給される年金から自動的に保険料を引き去ります。	送付された納付書により、納めていただきます。(口座振替もできます)
<b>納付時期</b>	4月、6月、8月の仮徴収(1)と10月、12月、2月の本徴収(2)となります。	8月を第1期として、3月の第8期までです。なお、各期の納付期間は、全ての期において15日から月末までとなります。
年度の途中で異動があった場合など、異なる場合があります。		

- 前年の所得が確定するまでは、前年度の保険料に基づいた仮の徴収額を納めること。
- 前年の所得が確定して正式な年間保険料を計算し、仮徴収額を差し引いた額を納めること。

### ◎被用者保険に加入されていた方は、納期と納めかたが一部異なります

被用者保険に加入されていた方は、被扶養者であった方に対して軽減措置があるため、以下のようになります。

	被保険者本人		被扶養者	
	特別徴収対象者	普通徴収対象者	特別徴収対象者	普通徴収対象者
<b>納付方法及び時期</b>	8月、9月は納付書で 10月、12月、2月は年金天引き	8月から納付書で	8月、9月は納付なし 10月、12月、2月は年金天引き	8月、9月は納付なし 10月からは納付書で

被扶養者であった方の平成20年度の軽減措置  
 4月から9月までは保険料の徴収は凍結され、10月以降、翌年3月までの均等割額の9割が軽減されます。

## 平成20年4月から 国民健康保険が変わります!

国民健康保険は、みなさんが安心して医療を受けられるための大切な医療保険制度です。これからも安心して医療が受けられるように、平成20年4月から制度が見直されることになりました。ご理解とご協力をお願いいたします。

**退職者医療制度が変わります**  
 現行 75歳未満  
 ↓4月から 65歳未満  
 会社などを退職して国民健康保険に加入し、厚生年金などを支給されている75歳未満の方とその被扶養者は、退職者医療制度で医療を受けていますが、4月からその対象年齢が65歳未満に変わります。65歳からは、一般の国民健康保険加入者となります。

**保険料の納付方法が特別徴収に変わります**  
 平成20年10月から、65歳以上の年金受給者だけの世帯については、原則として年金が

らの天引き(特別徴収)となります。

**高齢者医療制度が変わります**  
 65歳から74歳の方は前期高齢者となり、70歳から「高齢受給者証」が交付されます。70歳から74歳の方は医療機関での窓口負担が、4月から平成21年3月まで、一割負担に据え置かれます。ただし、既に3割負担をいただいている方、後期高齢者医療制度の対象となる一定の障害認定を受けた方は、除きます。

**乳幼児2割負担の対象が拡大されます**  
 現行 3歳未満  
 ↓4月から 義務教育就学前乳幼児に対する自己負担割合の軽減の対象年齢が、3歳未満から義務教育就学前まで変わります。  
 義務教育就学前の乳幼児の自己負担分には、別に医療費助成制度があります。

**お持ちの保険証の有効期限をご確認ください**  
 平成20年3月31日で有効期限の切れる保険証や受給者証をお持ちの方へは3月下旬に新しいものを郵送いたします。

**こんな時には届出を**  
 修学のため転出するとき  
 国保に加入している世帯で、修学のため市外へ転出する方がいる場合は、下田市の国保に加入したまま転出することができません。  
 届出に必要なもの  
 国民健康保険証、印鑑、修学を証明できるもの(在学証明書など)  
 職場の健康保険に加入したとき  
 就職等により職場の健康保険に加入したときや、国民健康保険以外の健康保険加入者の被扶養者になったときは、14日以内に、国民健康保険の脱退の届出をしてください。  
 届け出に必要なもの  
 職場等の健康保険証または加入連絡票、脱退する方の国民健康保険証、印鑑  
 問合せ先  
 健康増進課国保年金係  
 ☎ 23922

スツキリ脳の健康塾は、週1回30分程度学習サポーターの助言と励ましを受けながら、簡単な「読み書き・計算」の教材を学習して脳のトレーニングを行うものです。

「勉強」することが目的ではなく、脳の「血流量を増やし」「脳を「活性化」させることが目的です。また、仲間同士の会話やサポーターとの交流も非常に大切です。

簡単な計算や声にだして文を読むという訓練をする、と、前頭前野が活性化され、高齢者の認知症予防に効果があるとされています。

### いま話題の

## 東北大学 川島隆太教授の頭の体操「スツキリ脳の健康塾」に参加してみませんか



2人の参加者に1人のサポーターが丁寧に対応します

**対象** 概ね65歳以上の市民  
**定員** 30名(各時間先着10名)  
 \*平成19年度からの継続参加も可能です。  
**開催日** 5月14日、10月29日までの毎週水曜日  
**開催時間** ①午前9時30分、②午前10時10分、③午前10時50分(各回30分程度)  
**会場** 市役所別館1階健診室  
**内容** 教材を使った読み書き・計算、数字版を使ったゲーム(参加日以外の6日間は自宅で学習)  
**費用**(教材費等)  
 月2,000円、2,500円  
 \*お休みの場合も、教材は郵送しますので費用はかかりません。  
**学習者説明会** 4月25日(金)新規参加の方は必ずご参加ください。  
**\*時間などは、ご応募の方に追ってご案内します。**  
**応募方法** 3月24日より受付  
 ます。必ずご本人が電話にてお申込みください。  
**申込・問合せ先**  
 健康増進課健康づくり係  
 ☎ 2217