

善意のご寄付に感謝します

6月16日、千葉九十九里ひまわりライオンズクラブ様から駅前トイレ整備のために50万円をご寄付いただきました。



介護予防サポーター養成講座(講義5回・実習3回)

コース	開講日	時間	会場
A	8/7(木)・14(木)・21(木)・28(木)	13時30分～15時30分 ※8/14のみ16時30分終了予定	中央公民館
	12/8(月)		保健文化センター
B	9/3(水)・10(水)・17(水)・24(水)	13時30分～15時30分 ※9/17のみ16時30分終了予定	老人福祉センター「コスモス荘」
	12/8(月)		保健文化センター

※Aコースでは9月～11月に、Bコースでは10月～11月にそれぞれ3回実習を行います。実習先は、市主催の「いきいき運動クラブ」になります。

いつまでも元気に、いきいきと生活するためには介護予防がとても重要です。そこで、高齢者への身近な支援者として

「介護予防サポーター養成講座」受講生募集

平成26年度の介護保険料額が決定します。7月中旬に決定通知書が届きますので、確認ください。
65歳以上の方(第1号被保険者)の介護保険料は、市町村民税の課税状況、前年の所得等に依りて9段階11区分に分けられます。
介護保険は、国、県や市が負担する「公費」と、皆さんに納めていただく「介護保険料」を財源として運営されています。介護が必要になったとき、安心してサービスを利用できるように、ご理解とご協力をお願いします。
◆介護保険料の納付方法
年金が年額18万円以上の方は、年金からの天引きにより

平成26年度介護保険料額が決定

保険料を納めていただく「特別徴収」となります。ただし、年度途中で65歳になられた方、他の市区町村から転入された方、保険料の所得段階が変更になった方などは、一定の期間は納付書または口座振替により納めていただく「普通徴収」となります。また、年金が年額18万円未満の方も「普通徴収」となります。

問高齢者支援課介護保険班

☎(70)0309

特定健康診査を受けましょう ～7月26日(土)、8月2日(土)にも実施～

特定健康診査を受診していない方は都合の良い日程で、ぜひ受診してください。特定健康診査の対象の方には、5月下旬に受診票を送付しています。

大網病院での個別健診も可能ですので、こちらをご利用ください。

▶対象

- ①4月1日時点で、国民健康保険に加入している40歳以上の方
- ②受診時に後期高齢者医療制度に加入している方

▶受付時間=9時30分～11時、13時30分～14時30分

※受診整理券は受付開始の30分前から配付します

▶費用=無料

※大網病院で国保の個別健診を受ける場合は、一部負担金1,000円がかかります

◆がん検診も実施

肺がん・結核、前立腺がん、大腸がん検診を同時実施しています。希望の方は、事前に申し込みください

い(肺がん・結核、前立腺がん検診については、当日申し込みもできます)。

負担金・対象者については9面(保健師だより)をご覧ください。

※がん検診については、国民健康保険加入者以外の方も受診できます

〈特定健康診査日程〉

実施日	会場
7月22日(火)・23日(水)	農村ふれあいセンターやまべの郷
7月24日(木)～26日(土) 7月29日(火)～8月2日(土)	保健文化センター3階ホール

※駐車スペースに限りがあり、当日は混雑が予想されます。公共交通機関等のご利用をお願いします。

問(特定健康診査に関すること)

市民課国保年金班

☎(70)0334

(がん検診に関すること)

健康増進課健康増進班

☎(72)8321

全8回の講座修了者には認定証を交付します。
▼講義内容「介護予防の必要性」、「サポーターとしての役割」、「運動教室について(実習)」等

▼対象 概ね65歳まで、市内在住の健康で介護予防活動に関心があり、全講座を受講し、講座修了後は、介護予防サポーターとして、高齢者が集う場等において介護予防活動に取り組むことができる方

▼募集人数 各15人(先着順)

▼受講料 無料

▼申込方法 電話で申し込み

▼問・問高齢者支援課高齢者支援班

☎(70)0332

地域包括支援センター

☎(70)0439

労働力調査への回答のお願い

総務省統計局と千葉県では、毎月、労働力調査を実施しています。

この調査は、国の経済政策や雇用対策などの基礎資料を得ることを目的とした重要な調査で、総務省が毎月公表している『完全失業率』は、この調査をもとに発表されています。

対象となった世帯には、調査員が伺いますので、調査への回答をお願いします。

調査員は、千葉県知事発行の調査員証を携帯していますので、ご確認ください。

▶調査対象=四木(殿里周辺)地区の一部の世帯

▶調査期間=7月から11月(準備調査1ヵ月、本調査4ヵ月)

問県庁総合企画部統計課

☎043(223)2220

ねんきんナビ

国民年金保険料の免除申請を受け付けています

国民年金保険料を納付することが困難な場合は、保険料の納付が免除・猶予される「保険料免除制度」や「若年者納付猶予制度」があります。

保険料の未納が続くと、万一、障害や死亡といった不慮の事態の際に障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられなくなる場合があるのでご注意ください。

平成26年度の免除等は、7月1日から受け付けています。対象期間は、平成26年7月～平成27年6月となります。

また、今年の4月から法律が改正されて2年1ヵ月前の月分までさかのぼって免除申請をすることができるようになりました。

失業等により保険料を納付することが経済的に困難になったものの、申請を忘れていたなどにより未納期間がある方は、市民課国保年金班または年金事務所で手続きを行ってください(郵送による申請も可能です)。

▶申請に必要なもの=本人確認できるもの、印かん、基礎年金番号が分かるもの

※1月1日時点で本市に住所がない方は、前住所地で発行された所得証明書を持参してください

※失業等で申請を行う方は、雇用保険受給資格者証(雇用保険離職票)等を持参してください

問・問千葉年金事務所 ☎043(242)6320

市民課国保年金班 ☎(70)0334

高齢者の相談窓口

地域包括支援センターだより

～在宅介護支援センターの活動から～

在宅介護支援センターでは、一人暮らしの高齢者や高齢者世帯などのお宅を随時訪問して相談に乗ったり、地域のサロンで介護予防体操を紹介したり、成年後見制度や悪質商法最前線の話をしてもらっています。

皆さんからの質問の中で多いものの一つが介護保険です。今回は介護保険について紹介します。

◆介護保険制度

介護保険は社会保障制度の一つで、原則として40歳以上の方は加入者となります。保険料を納めてサービスを使うという点では、皆さんが病院を受診する時に使う医療保険と同じです。ただ違う点は、介護保険を使うためには申請が必要で、認定を受けないと使えない点です。

◆申請・認定が必要となる場合

〈介護保険の施設に入所を希望するとき〉

有料老人ホームなどと違い、特別養護老人ホーム・老人保健施設・グループホームなどの介護保険施設は、元気な方は申し込みができません。認定が出て初めて、入所の申し込みができます。そのため、入所を希望する場合は、まず認定を受けなければなりません。

〈自宅で介護保険のサービスを使いたいとき〉

次のようなサービスがあり、必要に応じて、組み合わせることで使えます。認定を受け、自宅でサービスを利用する場合は、ケアマネジャーが相談に乗ってくれます。

•訪問介護=ヘルパーに自宅へ来てもらい、入浴や調理などの支援をしてもらう

•通所介護=デイサービス等に通い、食事・入浴・生活行為向上の支援、リハビリなどを行う

•福祉用具貸与=つえ、ベッド、車いすなどを借りる

◎在宅介護支援センターは、高齢者の相談窓口として、介護保険はもちろん、日常生活に関するさまざまな質問・相談を受け付けています。お気軽にご相談ください。

◆7月の出張相談

①4日(金)13時30分～15時
老人福祉センター「コスモス荘」
訪問することもできますのでお気軽にご相談ください

問地域包括支援センター

☎(70)0439 FAX(70)1093

在宅介護支援センターおおもみ緑の里 ☎(73)5146

在宅介護支援センター杜の街 ☎(70)1666