

### 国民健康保険特別会計の決算状況

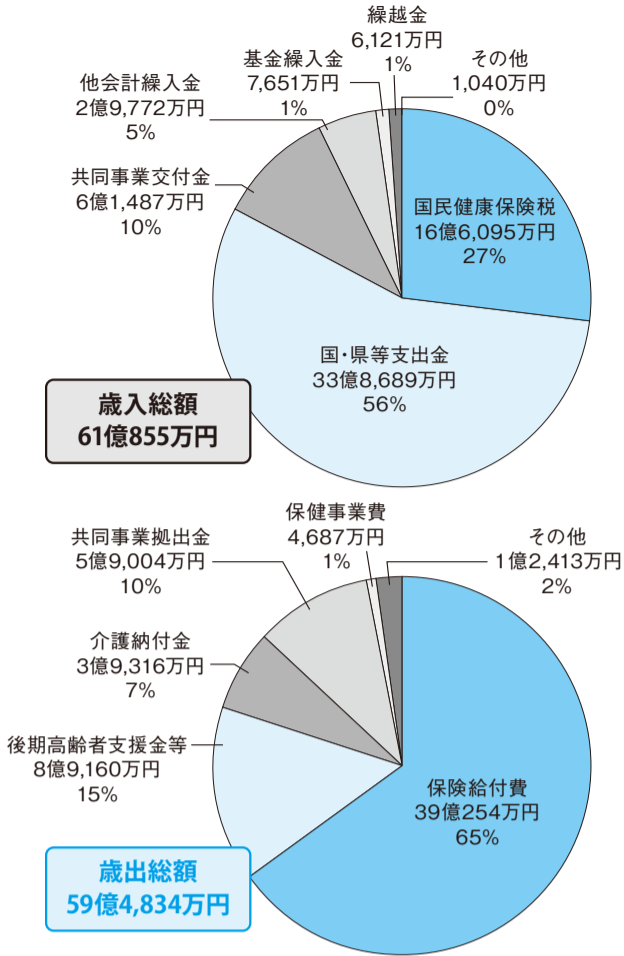
国民健康保険は、保険に加入されている方が病気になる時やけがをした時などに備えて、皆さんで支え合う制度です。市が保険者となり、皆さんから納めていただく国民健康保険税や国・県・市などからの負担（補助）金などによって運営されています。国民健康保険には、職場の医療保険に加入している方や生活保護を受けている方などを除く、74歳までの全ての方が加入することになっています。

円増加し、39億254万円と前年度から1億6,681万円の増加となりました。その結果、平成25年度決算では約1億6,000万円の剰余金が出ました。しかしながら、前年度からの繰越金や財政調整基金からの繰入金を差し引いた単年度の収支は約2,250万円の剰余となり、保険給付費が年々増加している状況にありますので、今後も厳しい財政状況が続くことが見込まれます。

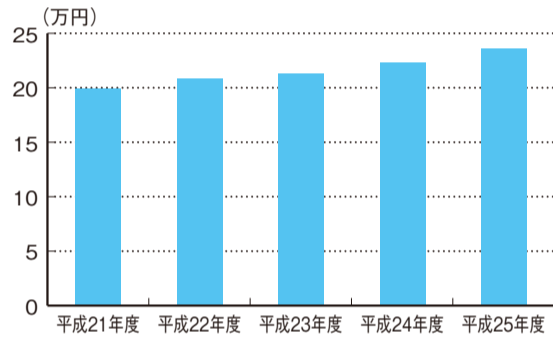
また、歳入では、加入されている方々からの国民健康保険税が16億6,095万円で、前年度から1億4,441万円の増加となったほか、保険給付費等に対する国や県などからの支出（補助）金が、33億8,689万円となり、前年度から1億1,772万

円増加し、39億254万円と前年度から1億6,681万円の増加となりました。その結果、平成25年度決算では約1億6,000万円の剰余金が出ました。しかしながら、前年度からの繰越金や財政調整基金からの繰入金を差し引いた単年度の収支は約2,250万円の剰余となり、保険給付費が年々増加している状況にありますので、今後も厳しい財政状況が続くことが見込まれます。

### 平成25年度 国民健康保険特別会計の決算状況



### 加入者一人当たりの保険給付費の推移



◆ジェネリック医薬品を上手に利用しましょう  
ジェネリック医薬品（後発医薬品）とは、新薬（先発医薬品）の特許が切れた後、厚生労働省の承認を得て、別の会社と同じ成分、効能で作った薬です。薬の研究開発費がかからないことから、新薬と比較すると割安の価格となります。

※ジェネリック医薬品を利用するには、処方せんが必要となります。医療機関等の医師や調剤薬局の薬剤師にご相談ください。

問市民課国保年金班  
☎(70)0334

### 65歳からの貯筋(ちよきん)アップ講座の参加者募集

高齢になっても、いつまでも元気に生活できるように、体の貯筋(体力向上・筋肉維持)をしませんか。自宅で簡単にできる運動を紹介します。今の健康を保つためにも、実際に体を動かして、気持ちのいい汗をかきましょう。

▼日時 11月11日(火)9時30分～11時30分

※2月にも開催予定  
▼会場 農村ふれあいセンター1やまべの郷(研修室)  
▼講師 健康運動指導士 岩沢妙子氏(いきいき運動クラブ講師)  
▼対象 市内に住所を有する65歳以上の方  
▼参加費 無料  
▼募集人数 25人



▼申込方法 高齢者支援課の窓口または電話にて申し込み  
▼持ち物等 水分補給のための飲み物、運動ができる服装と靴(上履き)で参加  
問・問高齢者支援課高齢者支援班  
☎(70)0332

### 11(いい)月30(みらい)日は「年金の日」です

年金記録や年金受給見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか。「ねんきんネット」を利用すると、いつでも自分の年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見込額について、さまざまなパターンで試算をすることもできます。「ねんきんネット」については、日本年金機構のホームページ、または千葉年金事務所へお問い合わせください。

問千葉年金事務所  
☎043(242)6320

### ねんきんナビ

社会保険料(国民年金保険料)控除証明書が交付されます  
～年末調整・確定申告まで大切に保管を～

国民年金保険料は、所得税・住民税の申告の際に、全額が社会保険料控除の対象となります。1月1日から12月31日までに納付した保険料が対象です。社会保険料控除を受けるには、納付したことを証明する書類の添付が義務付けられています。

平成26年1月1日から9月30日までの間に保険料を納付した方は、11月上旬に日本年金機構本部から送付されますので、年末調整や確定申告の際に証明書(または領収証書)を添付してください。

※10月1日～12月31日に今年のはじめて納付した方は、平成27年2月上旬に送付されます

◆家族の保険料も納付している方へ  
家族の保険料を納付された場合は、本人の社会保険料控除に加えることができるので、家族あてに送付された控除証明書を添付して申告してください。

◆控除証明書の照会  
ねんきん定期便・ねんきんネット等専用ダイヤルまで、お問い合わせください。自動音声で対応しますので、音声案内に従って「3」を押してください。

☎0570(058)555(ナビダイヤル)  
※050から始まる電話でかける場合は  
☎03(6700)1144  
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高齢者の方々から、「病気をして以来、夜間何かあったらと思うと不安」、「最近筋力が落ちた気がする」、「物忘れが心配」、「近所に心配な方がいる」などいろいろな相談を受けます。皆さんいろいろな心配を抱えていますが、相談したり、サービスを使うことで気持ちが落ち着いたり、解決することも少なくありません。

〈事例〉  
心臓の状態が悪くなり在宅酸素を使うようになったAさん。娘さんの一番の心配は、動く息苦しくなる不安と妻を亡くした喪失感から、自宅に引きこもり気味になっていること、その結果身なりに構わなくなったことでした。娘さんはAさんに外出して気分転換をしてほしいのですが、何もしたくないと言います。

介護保険を申請して認定結果が出ても、Aさんは介護保険の利用に消極的でした。家族で話し合い、Aさんが娘さんの願いをきく形で、デイサービスへ行くことになりました。はじめは渋っていたAさんですが、友人ができ、デイサービスで自分なりの過ごし方ができると、楽しみに通うようになりました。一番の変化は生き生きとして

きたことです。今では床屋や、娘さんと服を買いに行くようになりました。

〈介護保険認定〉  
介護保険の認定は、介護保険証を持参のうえ高齢者支援課や白里出張所で申請しますが、出向くことが難しい方には、地域包括支援センター、在宅介護支援センターが自宅に伺い、申請のお手伝いをしますのでご相談ください。

◆11月の出張相談  
▶日時=7日(金)13時30分～15時  
▶会場=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

◎高齢者の相談窓口として各種相談を受け付けています。  
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