Support COMMENT

国民健康保険制度のお知らせです

国保のそこが知りたい

役場保険年金班 ☎42局2111番

非自発的失業（離職）者の国民健康保険税が軽減されます

平成22年4月から非自発的失業（離職）により国民健康保険に加入する人の国民健康保険税の軽減措置が始まりました。

●対象となる人

1　平成21年3月31日以降に失業（離職）された人
2　失業（離職）時点で65歳未満の人
3　職業安定所（ハローワーク）で発行される雇用保険受給資格者証をお持ちの人で、「特定受給資格者」または「特定理由離職者」に該当する人（下記の離職理由コードに該当すること）

	対象となる離職理由コード
特定受給資格者	11　12　21　22　31　32
特定理由離職者	23　33　34

※特定受給資格者 ･･･ 倒産や解雇などの事業主の都合で離職した人
※特定理由離職者 ･･･ 雇い止めなどにより離職した人

●軽減の内容

国民健康保険税の所得割を算定する際に、離職日の翌日からその翌年度末までの間、非自発的失業（離職）者のみの給与所得を30／100として算定します。

また、高額療養費などの所得区分判定についても非自発的失業（離職）者のみの給与所得を30／100として算定します。

〈保険税適用期間〉

失業した日	軽減期間	失業した日	軽減期間
平成21年　3月31日から 平成22年　3月30日まで	平成23年　3月まで	平成23年　3月31日から 平成24年　3月30日まで	平成25年　3月まで
平成22年　3月31日から 平成23年　3月30日まで	平成24年　3月まで	平成24年　3月31日から 平成25年　3月30日まで	平成26年　3月まで

〈高額療養費適用期間〉

失業した日	軽減期間	失業した日	軽減期間
平成21年　3月31日から 平成22年　3月30日まで	平成23年　7月まで	平成23年　3月31日から 平成24年　3月30日まで	平成25年　7月まで
平成22年　3月31日から 平成23年　3月30日まで	平成24年　7月まで	平成24年　3月31日から 平成25年　3月30日まで	平成26年　7月まで

●申請方法

既に国民健康保険に加入されている人は、役場保険健康課保険年金班（③番窓口）に「雇用保険受給資格者証」を持参してください。その際、雇用保険受給資格者証をコピーさせていただきます。

また、新たに国民健康保険に加入される方は手続きが必要ですので、雇用保険受給資格者証に加え、健康保険資格喪失証明書、国民健康保険証（同一世帯内に既に国保に加入している人がいる場合のみ）、印かん、保険税の口座振替を希望される場合は預貯金口座の通帳及び銀行届出印をご持参ください。（雇用保険受給資格者証が交付されていないときは、交付された後に持参してください。）

健康や各種健診についてのお知らせです

いきいき健康だより

総合福祉センター☎42局8812番

INFORMATION Health

秋こそダイエット!!

～しっかり食べて、しっかり歩く～

実りの秋を迎え、食欲もいっそう増す頃、暑さはやわらぎ、運動に適した季節の到来でもあります。

バランスよく食べて、体を動かす。秋のさわやかな風を楽しみながら、ちょっとご近所を歩いてみませんか。「ぶらりご近所ウォーキング」よく知っている場所でも思わぬ発見や楽しみがあるかもしれませんよ。

「ぶらり歩きの５つのおすすめポイント」

①健康増進

普通の速度で歩くだけでも、座っているときに比べて３倍ものエネルギーを消費できます。血行促進や心地よい疲労からぐっすり眠れるなど、健康増進に役立つよい影響がたくさんあります。

②気分転換

一歩外に出て、新鮮な空気を吸い込むだけで頭が軽くなり、リフレッシュできることがあります。仲間と一緒におしゃべりを楽しみながら歩くとストレス発散にもなります。

③自然とのふれあい

花や草木の名前を覚えたり、空の雲の動きを観察すれば四季の移り変わりを肌で感じることができます。

④新しい出会い

歩いているうちにいろいろな楽しみを見つけることができるのも「ぶらり歩き」の面白味です。

⑤続けやすさ

同じルートでも歩く季節や時間帯が変われば目に映る景色も変化します。長く続けるほどに楽しみが増える点も「ぶらり歩き」の魅力です。

母子健康手帳の交付

妊娠がわかったら、早めに母子健康手帳の交付を受けましょう。妊娠中の生活や制度などについて保健師が説明します。

- **とき**　９月５日、12日、19日、26日の午前10時から11時30分まで①必ず妊婦さん本人がお越しください②原則、毎週水曜日の交付ですが、都合がつかない場合は相談に応じます
- **ところ**　総合福祉センター保健棟
- **必要なもの**　妊娠届出書（ある人のみ）

予防接種

■ＢＣＧ予防接種

▷４か月健診のときに一緒に行います

▷接種期間　生後６か月未満

▷場所　総合福祉センター保健棟

期　日	時　　間
９月20日（木）	午後１時30分から２時まで
10月11日（木）	

乳幼児健診・相談

９月の乳幼児健診は次のとおりです。該当者には事前に通知をしています。ご確認ください。

- **とき**　健診の内容によって異なりますので詳細は通知（案内）書をご確認ください
- **ところ**　総合福祉センター保健棟
- **内容**　身体測定・問診・小児科医診察・育児相談・栄養相談など

健診内容	期　日	対象児
４か月健診	９月20日（木）	平成24年　４月24日から 平成24年　５月23日生まれ
７か月健診	９月27日（木）	平成24年　１月27日から 平成24年　３月　１日生まれ
12か月健診		平成23年　９月　１日から 平成23年　９月30日生まれ
１歳半健診	９月13日（木）	平成23年　２月　３日から 平成23年　３月13日生まれ
３歳児健診		平成21年　８月　３日から 平成21年　９月13日生まれ
乳幼児相談 （身体測定・育児・栄養相談）	９月26日（水）	平成24年　７月24日から 平成24年　８月27日生まれ

※乳幼児相談は、どなたでもお気軽にお越しください。（申込不要）