

# 自己負担割合などが決定

秋田県後期高齢者医療  
広域連合tel(838)0610

秋田市障害福祉課医療  
福祉室tel(866)2513

来年4月から、75歳以上のかた(65歳以上で一定の障害のあるかたを含む)の医療制度となる「後期高齢者医療制度」の自己負担割合などが決まりました。現在の老人保健制度と大きな変化はありません。

なお、4月以降に、現在の国民健康保険や社会保険などの保険料のかわりに納めていただく新しい保険料は、1月の広報でお知らせします。

## 自己負担割合・食事代・居住費

お医者さんにかかるときの自己負担割合、入院時の食事代・居住費は、これまでの老人保健制度と変わりません。

### 《療養給付の区分と自己負担割合》

区分	自己負担割合	判定基準
現役並み所得者	3割	後期高齢者医療制度の対象となるかたで、 ①課税所得が145万円以上のかた ②①と同じ世帯のかた ※①②のかたの合計収入が520万円未満(2人以上の世帯。単独世帯の場合は383万円)の場合は、申請により区分が「一般」になります
一般	1割	区分が「現役並み所得者」「区分Ⅰ」「区分Ⅱ」に当てはまらないかた
区分Ⅱ	1割	同じ世帯の全員が市民税非課税のかた
区分Ⅰ	1割	同じ世帯の全員が市民税非課税で、全員の所得が一定基準以下のかた 例：年金収入だけのかたは年収80万円以下

平成20年7月末までは、老人保健制度の基準で自己負担割合を判定します。

## 高額療養費の支給(現在の老人保健制度と同じです)

1か月の医療費が右表の限度額を超えたときは、超えた分を「高額療養費」として支給します。申請は最初の1回だけで、2回目以降は自動的に支給します。

なお、現在の老人保健制度で「高額医療費支給申請」をしているかたは、改めて申請する必要はありません。

## 申請が必要な給付

### コルセットや補装具などを全額負担したとき

お医者さんの指示で治療用のコルセットや補装具などを購入したときは、申請により、購入費の9割(または7割)の払い戻しを受けることができます。

### 保険証を使わずにお医者さんにかかったとき

急病などで保険証を使わずに受診し、医療費を全額負担したときは、申請して認められれば、9割(または7割)の払い戻しを受けることができます。

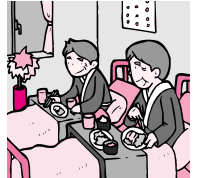
### 被保険者が死亡したとき 葬儀を行うかたに葬祭費5万円を支給します。

### 高額介護合算療養費の支給(新設)

1年間の介護保険利用料と医療費の合計額が、新たに設ける限度額を超えたときは、申請により、超えた分を「高額介護合算療養費」として支給します。

### 《入院時に負担していただく食事代》

区分	食事代(1食あたり)	
「現役並み所得者」「一般」	260円	
区分Ⅱ	90日までの入院	210円
	過去12か月の入院日数が90日を超える場合	160円
区分Ⅰ	100円	



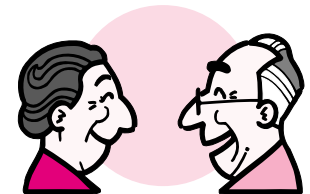
### 《療養病床に入院したときの食事代・居住費》

区分	食事代(1食あたり)	居住費(1日あたり)
「現役並み所得者」「一般」	460円	320円
区分Ⅱ	210円	320円
区分Ⅰ	130円	320円
	老齢福祉年金受給者	100円

療養病床 = 長期の治療を必要とするかたの病床

### 《高額療養費の自己負担限度額》

区分	外来(個人単位)	外来+入院(世帯単位)
現役並み所得者	44,400円	80,100円+(総医療費-267,000円)×1% ※過去12か月以内に3回以上の高額療養費の支給があった場合、4回目以降の限度額は44,400円になります
一般	12,000円	44,400円
区分Ⅱ	8,000円	24,600円
区分Ⅰ	8,000円	15,000円



## レジオネラ症を防止しましょう

レジオネラ症はレジオネラ属菌という細菌が原因で起こる呼吸器系の病気です。レジオネラ属菌は衛生管理が不十分な循環式浴槽・給湯設備・超音波式加湿器などに多く生息し、感染すると全身のけん怠感、筋肉痛、発熱に始まり、せき・たん、意識障害が伴うこともあります。浴槽や加湿器は衛生的な利用を心がけましょう。

浴槽の清掃や風呂水の交換をこまめに行い、必要に応じて消毒する  
浴槽に入る前に体の汚れを落とす  
加湿器内の水が触れる部分は定期的に洗浄し、使用しない期間は必ず水を抜く

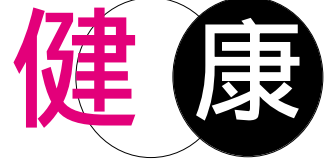


加湿器の水は水道水を使い、こまめに取り換える  
症状や健康相談は...市保健所健康管理課tel(883)1180  
風呂などの衛生管理は... 〃 衛生検査課tel(883)1181



## 小学6年生で、まだ接種していないお子さん 二種混合予防接種を補充実施

— あなたのとなりに  
元気な笑顔 ♪



小学6年生を対象に各学校で行った二種混合(定期ジフテリア・破傷風第2期)予防接種を欠席などで受けられなかった児童を対象に、補充接種を行います。学校からもらった予診票を持ち、保護者同伴で直接会場へお越しください。

**日時** 1月8日(火)・11日(金) 午後1時30分～2時15分

**会場** 市保健センター(八橋南一丁目8-6)

**問い合わせ** 市保健所健康管理課予防接種担当tel(883)1179

秋田市に住民登録している未接種の小学6年生で、まだ補充実施のお知らせをもらっていない保護者のかたは健康管理課へご連絡ください。

## 健康

### はつらつ情報



#### テルサエンジョイスports

会場は秋田テルサ。参加費1回630円。定員各20人。申し込みは、秋田テルサへ。tel(826)1800

**マンスリーエアロ** 1月8日(火)から毎週火曜日、午後7時30分～8時45分

**ピラティス&エアロ** 1月10日(木)から毎週木曜日、午前10時15分～11時30分

**フィットネスストレッチ(ピラティスとヨガ)** 1月11日(金)から毎週金曜日、午後1時30分～2時45分

#### ザ・ブーンけんこうこうざの健康講座

申し込みは、いずれもクアドームザ・ブーンへ。tel(827)2301

**健康講座** アクアピクス、ストレッチなどを自由に受講できます。受講日は1月8日(火)から30日(水)までの火・水・金曜日。全日程受講可能なフリーコースが4,200円、1日コースが1,050円(いずれも入館料別)

**水中歩行教室(秋田駅からバス送迎あり)** 日時/1月16日(水)・30日(水)、午前10時～午後1時 料金/2,600円(昼食・入館料込)。2回受講5,000円) 定員/各20人

#### せいぶたいいくかん けんこうきょうしつ西部体育館の健康教室

時間は午前9時30分～10時30分。受講料1回630円。先着各20人。

**チューブで筋力増進** 1月9日(水)

**ストレッチで腰痛解消** 1月23日(水)

申し込み 12月22日(土)午前10時から西部体育館tel(828)1180

#### スマイルボウリング

20歳以上のかたが対象です。保険料1回30円。先着各30人。

日時/1月10日(木)・16日(水)、午前

10時～正午、1月22日(火)午後1時30分～3時30分、1月24日(木)午後7時～9時 会場/市立体育館

申し込み 12月25日(火)午前9時からスポーツ振興課tel(866)2247

#### いきいきサロン

おおむね60歳以上のかたが対象です。時間は午前10時～正午。参加無料。直接会場へどうぞ。

**交通安全教室** 1月10日(木)、飯島老人いこいの家で。tel(845)3692

**ADL体操** 1月16日(水)、雄和ふれあいプラザで。tel(886)5071

#### からだ き体が気になりだした人の教室

肥満、高血圧を予防する運動教室。対象/20歳以上 日時/1月11日(金)・18日(金)・25日(金)、午前10時30分～11時45分 会場/サンライフ秋田 受講料/2,520円 定員/先着20人

申し込み 12月23日(日)午前10時からサンライフ秋田tel(863)1391

#### いりょう かんが医療を考える集い

テーマは「認知症を考える」。今村病院の稲庭千弥子院長の基調講演や、寸劇、シンポジウムなど。参加無料。日時/1月12日(土)午後1時30分～4時30分 会場/秋田ビューホテル

問い合わせ 秋田市医師会事務局 tel(865)0252

#### しょくせいかつけんこうそうだん食生活健康相談

肥満、高血圧、糖尿病のかたの食事の相談に栄養士が応じます。1月16日(水)午前10時～午後2時30分、市保健センターで。保健予防課へ電話で予約してください。tel(883)1175

#### ハードにきたえよう!

エアロビで強い体をつくろう! 日時/1月18日(金)から2月15日(金)までの毎週金曜日に5回、午後7時

#### 基本健診で「特定高齢者」と判定された65歳以上のかた 通所型介護予防事業

7月～11月に行った基本健康診査で「特定高齢者(要介護状態になるおそれのあるかた)」と判定されたかたへ、市が行う通所型の介護予防事業のお知らせを郵送しました。

利用方法などはお近くの地域包括支援センターから連絡します。

#### 事業のおもな内容

運動機能の向上(ストレッチ、有酸素運動など) 栄養改善(栄養相談など) 口腔機能の向上(食べかた・飲み込みかたの訓練など)

利用料は1回300円。利用回数は1～2週間に1回となります。

#### 問い合わせ

介護・高齢福祉課tel(866)2095

30分～8時30分 会場/土崎公民館 受講料/無料 定員/先着30人

申し込み 12月25日(火)午前9時から土崎公民館tel(846)1133

#### ストレッチ&リンパマッサージ

仕事帰りに疲れを癒しませんか。

対象/就業している女性

日時/1月22日(火)・29日(火)、2月12日(火)・26日(火)、午後7時～8時 会場/サンパル秋田 受講料/無料 定員/先着15人

申し込み 12月25日(火)午前9時から女性学習センターtel(824)7764

#### ちくたいきょうたいこう たっきゅうたいかい地区体協対抗の卓球大会

ABC方式の3人、5単制の団体戦(学生を除く)。参加費1チーム2,500円。

日時/1月27日(日)午前9時～ 会場/市立体育館サブアリーナ

申し込み 1月17日(木)まで、市卓球連盟の細谷さんtel090-2958-2441