



秋田市の介護保険 支えあう

平成27年度の概要

秋田市の要介護・要支援認定者数は昨年3月末現在で18,886人となり、その割合は、市の65歳以上の高齢者人口約9万人に対して、ほぼ5人に1人となっています。

それに伴い、介護サービスにかかる費用も年々増え続けており、平成27年度に秋田市内で介護サービスに使われた金額(給付費)は、右上のグラフのとおり約266億2,300万円で、介護保険制度が始まった平成12年度(約96億円)に比べると約2.8倍にも増えています。

介護保険の財源は、50%が40歳以上の市民全員で負担する保険料で、残りの50%には公費(税金)を充てており、高齢者だけでなく、社会全体で支えていく仕組みになっています。誰もがいきいきとした生活ができるよう、引き続き制度へのご理解をお願いします。

*介護サービス給付費財源(100%)=公費50%+65歳以上のかた(第1号被保険者)の保険料22%+40~64歳のかたの保険料28%

保険料の納付方法をご確認ください

介護保険料の滞納が続くと、介護サービスを利用するときの負担が本来の1割か2割ではなく、3割になる場合があります。これは、滞納がないかたとの公平を図るためのルールで、滞納のまま時効になった金額などにより割り増しの期間が決まります。

保険料が特別徴収(年金からの引き落とし)のかたでも、「年間の保険料が減額になった」「年金が一度差し止めになった」「他市町村から転入した」などのような場合は、一時的に普通徴収(金融機関やコンビニエンスストアなどでの窓口納付)になります。

高齢のかたは、納付方法が引き落としから窓口納付に変わったことに気付かず、納め忘れてしまうことがあります。ご家族も保険料の納付方法を確認しておきましょう。

問い合わせは
介護保険課へ

上の記事については☎(888)5672
下の控除については☎(888)5675

要介護などの認定を受けているかたの税の障害者控除



所得税および市・県民税の申告の際に「障害者控除対象者認定書」を提示すると、要介護などの認定を受けている本人、またはその扶養者に障害者控除が適用されます。

右の条件をすべて満たすかたが認定の対象です。詳しくは、介護保険課へお問い合わせください。

*認定結果は、審査後、申請者に郵送します。

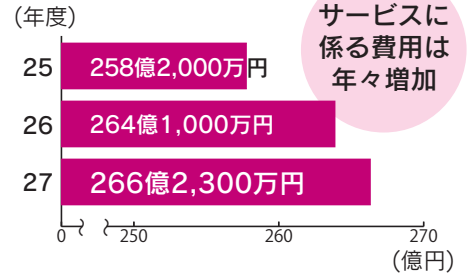
認定に必要な条件

- ・平成28年12月31日現在、市内に在住する65歳以上のかたで、要介護または要支援認定を受けているかた
- ・市の判定基準を満たしているかた
- ・次の①か②に該当するかた
 - ①身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、戦傷病者手帳の交付を受けていないかた
 - ②障害者控除が適用される障害者手帳などの交付を受けていて、特別障害者に準ずるかた

申請方法

障害者控除対象者認定申請書と申請者の印鑑、対象者の印鑑を持って、介護保険課(市役所2階)、河辺または雄和の市民サービスセンターのいずれかで手続きをしてください

*申請書は、介護保険課窓口または市ホームページからダウンロードできます。また、申請者本人が対象者の場合、印鑑は一つで結構です。



サービスに係る費用は年々増加

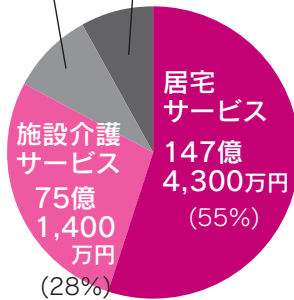
介護サービス給付費の内訳

地域密着型サービス

23億5,400万円(9%)

高額サービス費など

20億1,200万円(8%)



第1号被保険者の保険料の算出方法

秋田市内に必要な介護サービスの総費用

×

65歳以上のかたの負担分22%

÷

秋田市内に住む65歳以上のかたの人数

↓

介護保険料の基準額 74,784円(年額)

*平成27~29年度の介護保険料。

人と動物の住みよい
街づくりのため、
飼い主のマナーを
しっかり守ろう！



飼い犬のフンは必ず持ち帰り、放し飼いは絶対にやめましょう…フンの放置は不衛生で、放し飼いは交通事故にもつながり大変危険です

飼い猫は家の中で飼い、野良猫への無責任な餌やりはやめましょう…猫を屋外に自由に出して飼うと、病気に感染する危険性が高くなります。また、無責任な餌やりは望まない猫を増やすばかりか、フン害苦情の原因となります



ペットの飼い方教室を 2月18日(土)に開催します

地域みなさんが快適な生活を送るには、飼い主が責任を持ってペットのしつけを行うことが大切です。

この教室では、動物の習性や基本的なしつけ方法などを解説します。参加無料。ペットの行動でお悩みのかたは、ぜひご参加ください。

衛生検査課 ☎(883)1182

いずれの教室も申し込みは2月8日(水)(必着)まで、下記の宛先へ

〒010-0976 八橋南一丁目8-3
秋田市保健所衛生検査課
Eメール ro-hlex@city.akita.akita.jp

パピー教室

時間▶9:30~12:00 場所▶市保健所2階大会議室 対象▶犬の飼い主と犬。犬同伴の場合は15組まで(抽選)。飼い主のみ、またはこれから犬を飼おうとしているかたも可。参加する犬は、生後4か月以上10か月程度で、犬の登録と平成28年度の狂犬病予防注射が済んでいることが条件です 内容▶飼い主の責務、狂犬病についての解説、しつけの実技講習、悩み相談飼い方サロンなど

申込方法▶往復はがきかEメールで住所、氏名(ふりがな)、電話番号、参加人数、犬同伴の有無、犬の登録番号、相談内容をお知らせください

猫の飼い方教室

時間▶13:00~15:00 場所▶市保健所1階中会議室 対象▶猫の飼い主でなくても参加できます。定員40人。猫の同伴は不可 内容▶猫に最適な食事、正しいつきあい方、習性の解説、悩み相談など

申込方法▶往復はがきかEメールで住所、氏名(ふりがな)、電話番号、参加人数、猫の種類・性別・年(月)齢、相談内容をお知らせください

*往復はがきの返信面には住所、氏名をお忘れなく。

健康
ライフ
太鼓判!

あなたの健康づくりをサポート
する、ミニ情報をお届け!

とくていけんしん
特定健診
プラスのはなし
特定健診課 ☎(888)5636

塩分を上手に摂取するワンポイントアドバイス



特定健診の検査値のなかで、異常値を示す人の割合が最も高いのが血圧です。血圧をコントロールするには、減塩や肥満の解消、特に内臓脂肪を減らすことが重要です。

■塩分の摂取量を減らしましょう

ナトリウム(塩分)をとりすぎると、血管の収縮が強まり、血圧が上がります。1日の塩分摂取目標量は男性が8.0g未満、女性が7.0g未満です。

◆減塩を実践するポイント

- ①みそ汁は具たくさんにして汁の量を少なめに!
- ②外食や加工食品、インスタント食品の頻度を減らしましょう

- ③めん類や味つきの主食(丼物、チャーハン、カレーライスなど)を控えましょう
- ④漬け物、梅干し、つくだ煮類は少量で
- ⑤プッシュ式のしょう油さしを使い、かけすぎを防ぎましょう



■カリウムの摂取量を増やしましょう

カリウムは細胞内の余分なナトリウムを尿中に排泄し、血圧を下げてくれます。カリウムが豊富な野菜や海藻を食卓にプラスしましょう。

■肥満を改善しましょう

おなかが出た「りんご型肥満(内臓脂肪型肥満)」の人は体重をコントロールしましょう。

■食品表示を確認しましょう

市販の食品や弁当には、栄養成分が表示されているものがあります。表示を見比べて、より塩分量の少ない食品を選びましょう。

*パッケージに表示されているナトリウム量から、次の計算式により塩分量が求められます。

▶ナトリウム(mg)×2.54÷1000=塩分量(g)