

介護保険料の 納入通知書をお 送りします

4月上旬に、平成20年度分の介護保険料納入通知書(仮算定分)をお送りします。通知書に書いてある保険料額は、前年度の保険料額を基礎として、仮算定したものです。今年度の課税状況に基づいて算定する保険料額(本算定分)は、8月ころにお知らせします。

金融機関の窓口や口座振替で納めているかたへ

窓口納付のかた...納入通知書(仮算定)と4月～7月分の納付書をお送りします
口座振替のかた...納入通知書(仮算定)をお送りします

6月から年金天引きに切りかわるかたへは、5月までの納付書と、年金天引きのお知らせをお送りします

年金から天引きされているかたへ

...納入通知書(仮算定)はお送りしません。

4月に天引きされる保険料額は、前回(2月)と同額です

平成20年度の介護保険料

所得段階	対象者	保険料額
1	生活保護受給者、世帯全員が市民税非課税の老齢福祉年金受給者	24,000円 (月額平均2,000円)
2	世帯全員が市民税非課税で本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下のかた	
3	世帯全員が市民税非課税で本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円を超えるかた	36,000円 (月額平均3,000円)
4	本人が市民税非課税のかた	48,000円 (月額平均4,000円)
5	市民税課税者 (合計所得が200万円未満)	60,000円 (月額平均5,000円)
6	市民税課税者 (合計所得が200万円以上)	72,000円 (月額平均6,000円)

平成17年度税制改正の影響で所得段階が変更となるかたには、激変緩和措置がとられます。

平成19年度中に65歳になられたかたは、4月・6月・8月・10月から年金天引きに変わる場合があります。変更になる場合は、通知書でお知らせします。災害などで保険料の減免を希望されるかたは、納期限の7日前までに申請してください(年金天引きの場合は当該月の19日まで)

左表の所得段階が第4段階のかたで、同一世帯に市民税課税者がいない、市民税または所得税の申告をしていない20歳～60歳のご家族がいる - の両方に該当するかたは、収入状況などについて申告をすると、第2段階または第3段階となる場合があります。保険料の納付は、便利な口座振替でどうぞ

問い合わせ 介護・高齢福祉課
(866)2069



75歳以上のかた 一定の障害のある65歳以上のかた 後期高齢者医療制度がスタート!

4月から、75歳以上のかたや一定の障害のある65歳以上のかたは、国民健康保険や社会保険を脱退し、後期高齢者医療制度へ移行しました。

後期高齢者医療制度は、高齢者の医療費が増え続けるなか、高齢者のかたがたと若い人たちが負担する医療費の割合を明確にし、公平でわかりやすくしようとするものです。被保険者である、75歳以上のかた、一定の障害がある65歳以上のかたからは、保険料を納めていただくこととなります。

新しい保険証は3月下旬にお送りしました。

保険料や保険証は変わりますが、お医者さんにかかった時に病院で支払う自己負担割合は、老人保健と変わらず1割です(現役並所得者は3割)。

一定以上の障害がある65歳以上74歳以下のかたは、障害認定を受けない旨の申請をすると、後期高齢者医療制度ではなく、ほかの医療保険に加入することができます。詳しくはお問い合わせください。

保険料 = 所得割 + 均等割

所得割...総所得額(収入額によって決まります)から基礎控除額33万円を引いた額に、7.12%を乗じた額になります。

均等割...均等割は年額38,426円ですが、加入者の所得に応じ、7割・5割・2割の3区分で軽減制度が設けられています。

納付方法

年金を年間18万円以上受給しているかたは、原則、年金からの天引き、それ以外のかたは納付書で金融機関に納めていただくこととなります。

問い合わせ

秋田市後期高齢医療課 (866)2513
秋田県後期高齢者医療広域連合
(838)0610

市立病院の ウイルス性肝炎外来



市立病院では、B型、C型などの肝炎ウイルスでお悩みのかたを、肝臓疾患の専門医が診察します。

開設日時 毎週水曜日午後2時～4時
(祝日、年末年始を除く)

予約 電話予約センターをご利用ください。(867)7489
(午前8時～午後3時)

問い合わせ 市立病院医事課
(823)4171(内線2167)

北野田公園の 施設使用料

6月から、北野田公園のアリーナやテニスコートを使うには料金がかかります。1時間あたりの使用料は表のとおりです。イベントなどで使用する場合は別料金となりますので、公園課へお問い合わせください。

予約は、公共施設案内・予約システムをご利用ください。公園課 (866)2154

施設名	一般	高校生	中学生以下
アリーナ	900円	630円	450円
テニスコート	500円	350円	250円

— あなたのとなりに
元気な笑顔 音楽

健康



健康



はつらつ情報

女性のための健康体操教室

簡単に出来る筋力運動と柔軟運動、健康と運動の話。参加無料。

対象 / 女性 日時 / 4月14日(月)・15日(火)・16日(水)、午後1時～2時 会場 / カーブス保戸野(保戸野千代田町14-7 エンプレス泉) 定員 / 各9人
申し込み / カーブス保戸野

(883)0357

市保健所の健康判定

食習慣や生活習慣、運動習慣などについて、栄養士や保健師などが個別にアドバイス。運動の実技指導も。無料。

対象 / 20歳以上のかた
日時 / 4月17日(木)午後1時～5時
会場 / 市保健センター

申し込み / 市保健所保健予防課

(883)1175

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。

タオルでストレッチ 5月14日(水)
らくらく筋力運動 5月28日(水)
らくらくステップ運動 6月11日(水)
脳活性化運動 6月25日(水)

申し込み / 4月7日(月)午前10時から西部体育館 (828)1180

サンデーラジオ体操

参加無料。直接会場へどうぞ。

日時 / 4月6日(日)から10月までの毎週日曜日、午前6時30分～6時45分

会場 / 千秋公園売店前広場

問い合わせ / 秋田県走友会の今野久夫さん (831)0169

グラウンドゴルフ交流大会

問い合わせは、秋田市グラウンドゴルフ協会の八百屋さん (845)2731

日時 / 4月29日(火)午前8時40分～午後2時 会場 / 太平山リゾート公園グラウンド・ゴルフ場 参加費 / 1,000円 定員 / 先着320人

申し込み / 申込書に参加費を添えて、4月19日(土)・20日(日)の午後1時30分～3時に、市体育協会(八橋ラグビー場)へ。または、4月5日(土)から20日(日)まで太平山グラウンド・ゴルフ場へ。

市民のための呼吸教室

呼吸器の病気について、市立病院の看護師が話します。無料。直接会場へ。

日時 / 4月10日(木)午後1時～1時30分 会場 / 市立秋田総合病院講堂

問い合わせ / 市立病院リハビリテーション科 (823)4171

在宅介護者の集い

寝たきりや認知症のかたなどを家庭で介護しているかたの集まりです。無料。直接会場へ。詳しくは在宅介護者の集いの廣田さん (863)0935

日時 / 4月30日(水)午後1時30分～3時 会場 / 市保健センター

いきいきサロン

65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。

折り紙教室 4月9日(水)、雄和ふれあいプラザで。(886)5071

振り込み詐欺・オレオレ詐欺について 4月10日(木)、飯島老人いこいの家で。(845)3692

悪徳商法について 4月15日(火)、大森山老人と子どもの家で。(828)1651

市保健所の健康相談

会場は市保健センター。いずれも電話で予約が必要です。

成人歯科相談 歯科衛生士が、むし歯や歯周病など、歯の健康の相談に応じます。日時 / 4月22日(火)午前9時30分～正午 申し込み / 保健予防課 (883)1174

食生活相談 肥満、高血圧、糖尿病のかたの食事について、栄養士が相談に応じます。日時 / 4月25日(金)午前10時～午後2時30分 申し込み / 保健予防課 (883)1175

ジュニア水泳教室

対象 / 小学生 日時 / 5月1日(木)・8日(木)・12日(月)・15日(木)・22日(木)・26日(月)、午後5時～6時

会場 / 県立総合プール
参加費 / 3,200円 定員 / 先着30人

申し込み / 4月8日(火)から18日(金)まで県立総合プール (895)5056

スポーツ大会出場者に補助金

学校教育活動以外のスポーツ活動で、秋田県大会以上の競技大会の予選を経て、県外の東北または全国規模の大会へ出場する小・中学生の団体などへ補助金を交付します。また、日本の代表として国際競技大会に出場するかたには、奨励金を贈呈します。詳しくはスポーツ振興課へ。(866)2247