

国民健康保険（35歳以上の方）・後期高齢者医療加入者

人間ドック受診を助成します

- ◆ 対象者／
 - ① 仙北市国民健康保険・後期高齢者医療では、病気の早期発見・早期治療に役立てていただくため、人間ドック受診費用の助成を実施しています。制度を活用して人間ドックを受診し、健康状態をチェックしましょう。
 - ② 対象者／
 - 《国保の人間ドック助成》
 - 仙北市国民健康保険の被保険者で、年齢が当該年度で35歳以上75歳未満（後期高齢者医療対象者除く）の方
 - 前年度までの国保税を完納されている方
 - 《後期高齢者の人間ドック助成》
 - 仙北市に住所がある後期高齢者医療の被保険者で、当該年度に国保の人間ドック助成を受けていない方
 - 前年度までの後期高齢者医療保険料を完納されている方
 - ◆ 助成金額／どちらも1人あたり2万1000円を限度とし、年度内で1回のみとします。
 - ◆ 受診医療機関／市立角館総合病院、市立田沢湖病院、大曲厚生医療センター
 - ◆ 募集期間／4月1日～平成28年3月31日
 - ◆ 申請の流れ／
 - ◆ ① 直接医療機関へ予約し、受診日を確認
 - ◆ ② 市役所各庁舎・出張所の窓口で助成金の申請。国保か後期高齢者医療の保険証、印鑑を持参してください。
 - ◆ ③ 受診時に助成金の決定通知書を持参 ※助成金の申請をしないで受診し、費用を全額支払った場合でも年度内に申請すれば、助成を受けることができます。印鑑・領収書・金融機関の通帳を持参し、市の各庁舎・出張所の窓口で手続きをしてください。
 - ◆ 特定健診について／この人間ドックを受診した場合、ほぼ同じ健診内容が含まれるため、市の特定健診を受診する必要はありません。
 - ◆ 問合せ／市民生活課国保年金係（角館庁舎） ☎（43） 3316



介護保険事務所からのお知らせ
平成27年度からの介護保険料が決定しました

介護保険制度では、3年ごとに介護保険事業計画を見直し、サービス費用の見込量等に基づき、65歳以上（第1号被保険者）の方が負担する介護保険料を決めることになっていきます。
平成27年度から平成29年度までの保険料基準額は月額6100円です。住民税の課税状況と所得によって下表の第1～第9段階に分かれます。

《平成24～26年度の保険料額からの変更点》
① 介護保険施設や在宅サービスの充実、サービス利用者の増加、65歳以上の方の介護保険給付費の負担割合の増（給付費の21%から22%に変更）、介護報酬改定などの影響により、基準額（月額）が2200円の増となっています。
② 低所得者の負担軽減を図るため、平成24～26年度の第1・第2段階を統合し、消費税等を財源とする公費を投入することで、調整率が0.5から0.45に下がります。また、本人課税の段階が所得により細分化され、第9段階の所得が320万円以上から290万円以上となります。

介護保険料は介護を社会全体で支える介護保険制度の大切な財源です。みなさんのご理解とご協力をお願いします。

《問合せ》
介護保険事務所 保険指導班
☎ 0187(86) 3911

表 第1号被保険者の介護保険料

段階	区分（平成27年度の住民税課税状況等）	保険料（年額）	
第1段階	生活保護を受給している方 本人の前年の【合計所得金額+課税年金収入額】が80万円以下の方	32,940円	基準額×0.45
第2段階	本人の前年の【合計所得金額+課税年金収入額】が120万円以下の方	45,750円	基準額×0.625
第3段階	本人の前年の【合計所得金額+課税年金収入額】が120万円を超える方	54,900円	基準額×0.75
第4段階	本人の前年の【合計所得金額+課税年金収入額】が80万円以下の方	64,050円	基準額×0.875
第5段階	本人の前年の【合計所得金額+課税年金収入額】が80万円を超える方	73,200円	基準額
第6段階	本人の前年の合計所得金額が120万円未満の方	91,500円	基準額×1.25
第7段階	本人の前年の合計所得金額が120万円以上、190万円未満の方	95,160円	基準額×1.3
第8段階	本人の前年の合計所得金額が190万円以上、290万円未満の方	109,800円	基準額×1.5
第9段階	本人の前年の合計所得金額が290万円以上の方	128,100円	基準額×1.75

- 大曲仙北歯科医師会
4月の休日歯科診療当番医
- 5日 冨塚歯科医院（大仙市刈和野） ☎ 0187-75-1125
 - 12日 高橋歯科医院（大仙市角間川） ☎ 0187-65-2238
 - 19日 仙北歯科医院（大仙市福田） ☎ 0187-69-2828
 - 26日 岩田歯科医院（大仙市四ツ屋） ☎ 0187-62-8264

気軽に寄ってたんせ 語って笑ってホッと一息

えがおサロン

隣近所誘って、時間内の都合のよい時にサロンに参加ください。申込みはいりません。個別相談できる部屋も準備しています。

- ◆ 日程／4月8日 困・5月13日 困
- ◆ 内容／ゲームで楽しく体を動かす。笑いヨガ。血圧測定。お茶を飲みながら語る時間。（4月8日）講話『包括支援センターってどんなところ？』
- ◆ 費用／100円/回（飲み物代）
- ◆ 場所／健康増進センター交流プラザ（田沢湖）
- ◆ 主催／えくぼの会（代表小松龍子）
- ◆ 問合せ／仙北市保健課 成人保健係 ☎ 55-1112

だれかに話をする と 安心する

傾聴ボランティア えくぼの会

心に溜まったことや、気になること、心配な事、話してみませんか。『えくぼの会』会員が、ゆっくりお茶を飲みながら一緒に考えていきます。

- ◆ 日時／4月15日 困 10:00～14:00 ※時間内の都合のよい時に気軽に訪れてください。
- ◆ 場所／角館交流センター相談室
- ◆ 問合せ／仙北市保健課 成人保健係 ☎ 55-1112

市立田沢湖病院

『禁煙外来』が始まります！

市立田沢湖病院では平成27年4月より保険適応による禁煙外来を開設予定です。

保険適応となる条件

- ① 直ちに禁煙しようと考えている
- ② 問診でニコチン依存症と診断
- ③ 1日の喫煙本数×喫煙年数が200以上ある
- ④ 禁煙治療を受けることを文書により同意する

診察場所：市立田沢湖病院 外来

曜日時間：毎週水曜日 14:00～16:30

※初回診察以外は完全予約制となります。

問合せ：市立田沢湖病院 外来

☎ 43-1131



禁煙はお医者さんに相談しましょう！

あなたの話を 聴いてくれる人がいる

こころの相談

「辛い、苦しい、不安、眠れない」や、ひきこもりのこと、家族のこと、あなたのこと、ひとりで悩まないで臨床心理士に話をしてみましょう。

- ◆ 場所・日時／
 - 角館交流センター相談室 4月21日 困・28日 困
 - 健康増進センター相談室（田沢湖）4月15日 困
- ◆ スタッフ／臨床心理士
- ◆ 相談方法／面談（要予約）
- ◆ 申込・問合せ／仙北市保健課 成人保健係 ☎ 55-1112

笑いヨガで仲間との交流 プラス健康度アップ！

笑いの会

笑いは、おなかや胸の筋肉を動かして酸素を体内に取り込むことで、血行促進や免疫効果があると言われていきます。仲間と一緒に笑いの効果を実感しましょう。申込みはいりません。

- ◆ 日程／4月17日 困・5月22日 困 《講師》保健師
- ◆ 内容／笑いヨガ・ゲーム・軽体操など
- ◆ 場所／健康管理センター（角館）
- ◆ 受付／9:40～10:00 終了時間（予定）11:30
- ◆ 問合せ／仙北市保健課 成人保健係 ☎ 55-1112