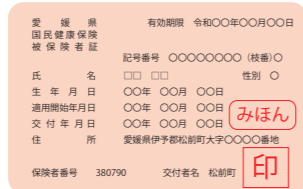


3 国民健康保険に加入している皆さんへ

保険証の更新

新しい保険証(オレンジ色)は、7月下旬に簡易書留で郵送します。届いたら、記載事項に間違いがないか確認してください。

7月末になっても届かない場合は、お問い合わせください。



☎ 保険課医療保険係 985-4107

食事代の減額と限度額の認定

8月からの適用区分を記載した認定通知書を保険証に同封しますので、食事代の減額や世帯の限度額について確認してください。医療保険の資格などをオンラインで確認できる医療機関を受診する場合は、役場への認定証の申請や医療機関への認定証の提示が不要になります。下の表を参照し、必要な人は保険課窓口で申請してください。

	申請	提示
オンライン資格確認ができる医療機関	不要 長期入院(90日を超える入院)の場合 要	不要
オンライン資格確認ができない医療機関	要 長期入院(90日を超える入院)の場合 要	要

▶対象者 松前町の国民健康保険(国保)に加入し、国保税を滞納していない人

▶認定証の種類

- ①限度額適用認定証
- ②食事療養費標準負担額減額認定証
- ③限度額適用・標準負担額減額認定証

▶持参物 新しい保険証、マイナンバーが確認できるもの、窓口に来る人の身分証明書(運転免許証など)

☎ 保険課医療保険係 985-4107

税率・税額改定

国保の運営に必要な歳出を賄うため、令和5年度の税率・税額を次のとおり改定しました。

()内は、4年度の税率・税額

	医療分	支援金分	介護分
所得割率	9.8% (9.1%)	3.4% (3.2%)	3.3% (3.3%)
均等割	27,600円 (24,000円)	9,400円 (8,300円)	9,500円 (8,900円)
平等割	19,100円 (16,800円)	6,500円 (5,800円)	4,700円 (4,400円)
賦課限度額	65万円 (65万円)	22万円 (20万円)	17万円 (17万円)

※均等割は1人当たり、平等割は1世帯当たりの金額

☎ 税務課町民税係 985-4110

非自発的失業者への国保税の軽減

倒産・解雇など自ら望まず離職した非自発的失業者の国保税を、申請により一定期間軽減します。

▶対象者 失業時点で65歳未満の人で、倒産・解雇などによる離職(①特定受給資格者)が雇止めなどによる離職(②特定理由離職者)で雇用保険受給資格者証または雇用保険受給資格通知の「離職理由」欄のコードが次の人

- ①特定受給資格者 11、12、21、22、31、32
- ②特定理由離職者 23、33、34

▶軽減内容 対象者の令和4年の給与所得を100分の30として国保税を算定(給与以外の所得は対象外)

▶軽減期間 失業日が▷令和4年3月31日~5年3月30日→6年3月まで▷5年3月31日~6年3月30日→7年3月まで

▶申請方法 雇用保険受給資格者証または雇用保険受給資格通知を持参し、税務課町民税係か保険課医療保険係にお越しください。

☎ 税務課町民税係 985-4110

News

保険証などの更新と保険税(料)のお知らせ

現在お持ちの保険証、負担割合証、限度額適用認定証などの有効期限は

7月31日

1 65歳以上の皆さんへ

介護保険第1号被保険者

介護保険料額決定通知書の送付

令和5年度の介護保険料額決定通知書を、7月中旬に郵送します。

保険料は本人の令和4年中の収入、所得や世帯の町民税の課税状況に応じて10段階に分かれています。詳細は、通知書に同封する「介護保険料の決定方法」を確認してください。

☎ 保険課保険料係 985-4227

保険料額や納付方法を必ず確認してください



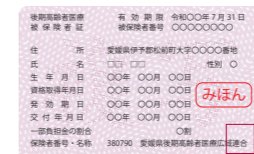
保険課保険料係
みずもと ひめか
水元 姫歌

2 75歳以上の皆さんへ

後期高齢者医療被保険者

保険証の更新

新しい保険証(薄桃色)は、7月下旬に簡易書留で郵送します。負担割合(1割・2割・3割)は令和4年1月~12月の1年間の所得と収入で決まります。保険証で確認してください。7月末になっても届かない場合は、お問い合わせください。



☎ 保険課医療保険係 985-4107

保険料額決定通知書の送付

令和5年度の保険料額決定通知書を7月中旬に郵送します。保険料は、一人一人に等しくかかる均等割額と、所得に応じた所得割額の合計額です。詳細は、保険証に同封する「後期高齢者医療制度のご案内」を確認してください。

☎ 保険課保険料係 985-4227

限度額適用認定証などの更新

すでに認定証を持っている人で、保険料の滞納がなく前年度と所得区分が変わらない人は、保険証に認定証を同封します。

前年度と所得区分が変わった人や、新たに必要人は保険課窓口で申請してください。



▶認定証の種類

- ・限度額適用認定証
- ・限度額適用・標準負担額減額認定証

▶対象者 愛媛県後期高齢者医療制度に加入している人で、保険料を滞納していない人

▶持参物 新しい保険証、マイナンバーが確認できるもの、窓口に来る人の身分証明書(運転免許証など)

☎ 保険課医療保険係 985-4107

フレイルって？

「フレイル」とは、加齢により筋力、運動能力、認知機能や社会とのつながりが低下した状態のこと。多くの場合、健康な状態からフレイルの期間を経て、徐々に介護が必要な状態になります。いつまでも健康で、介護が必要な状態にならないようにするには、フレイルを予防することが重要です。

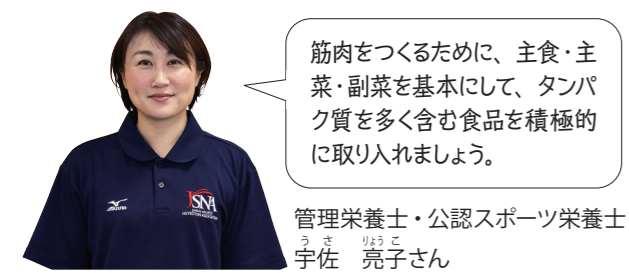


STOP！要介護
フレイルを
予防しよう

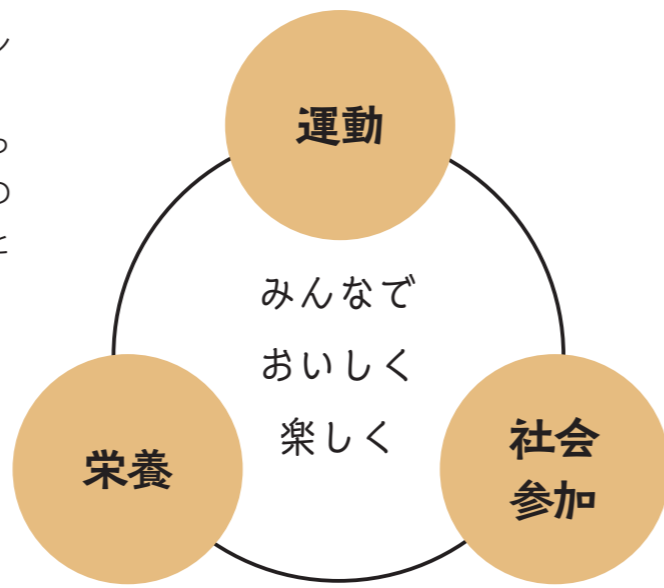
フレイル対策の3つのカギ

フレイルを予防するには栄養・運動・社会参加をバランス良く実践することが重要。

特に、高齢になると退職、家族や友人との死別などをきっかけに社会とのつながりが希薄になりがちです。社会とのつながりを失うことがフレイルの最初の入り口。「誰かと一緒」は、心と体にとっても良いことです。



管理栄養士・公認スポーツ栄養士
宇佐 晃子さん



筋力トレーニング講座に参加しませんか

自宅で簡単に取り組める筋力トレーニング講座を開催中です。運動不足解消、肩凝り・腰痛改善、フレイル予防に効果的。日程など、詳細はお問い合わせください。

▶対象 町内在住の65歳以上の人で、コロナバンド体操未経験者

※ お住まいの地区の公民館や、集会所などで活動している体操グループに参加することもできます。お問い合わせを。



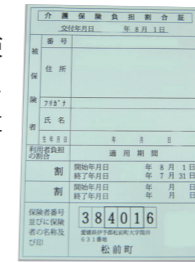
福祉課地域包括支援センター係
☎ 985-4205

4 介護保険を利用している皆さんへ

負担割合証の更新

令和5年8月1日現在で「要介護」「要支援」「事業対象者」の認定を受けている利用者には、7月中旬に新しい負担割合証(水色)を送付します。負担割合(1割・2割・3割)は、令和4年の所得に応じて決まります。

負担割合証は、介護保険被保険者証(オレンジ色)と一緒に保管して、サービスを利用するときに事業所に提示してください。



▶適用期間 8月1日から翌年の7月31日まで
※ 世帯構成の変更や所得の更正があった場合は、上記適用期間中でも負担割合が変更となる場合があります。

☎ 保険課介護保険係 ☎ 985-4115

社会福祉法人による利用者負担軽減

町が認めた低所得の利用者に対し、社会福祉法人が提供する介護サービスの利用料を軽減します。

- ▶対象者 生活保護受給者か次の全てを満たす人
- ①住民税非課税世帯
 - ②年間収入が単身世帯で150万円(世帯員一人ごとに50万円加算)以下
 - ③預貯金などの額が単身世帯で350万円(世帯員一人ごとに100万円加算)以下
 - ④資産がない(日常生活のために必要なものは除く)
 - ⑤負担能力のある親族などに扶養されていない
 - ⑥介護保険料を滞納していない

▶対象サービス 訪問介護、通所介護、短期入所生活介護、特別養護老人ホームなど(一部を除き介護予防と地域密着型サービスを含む)

▶申請方法 町ホームページや窓口にある申請書と、全ての世帯員の預貯金通帳の写しなどを持参して、窓口で申請をしてください。詳しくは、お問い合わせください。

☎ 保険課介護保険係 ☎ 985-4115

介護保険関係手続きのオンライン申請

国が提供するマイナポータル上の「ぴったりサービス」から、手続きの一部がオンラインで申請できるようになりました。マイナンバーカードをお持ちの方は、スマートフォンやパソコンで自宅から申請できます。

- ▶対象の手続き 介護認定の申請や給付費の支給申請など11手続き
- ▶必要なもの
- ①電子証明書付きのマイナンバーカード
 - ②パソコンとICカードリーダーまたはスマートフォン
- ▶申請方法 マイナポータルにアクセスし、電子申請したい手続きを選択してください。
- ※ 一部の申請は、原本確認が必要な書類があるため、別途郵送などで保険課介護保険係まで添付書類を提出していただく必要があります。

☎ 保険課介護保険係 ☎ 985-4115

負担限度額認定証の更新

低所得の利用者の負担を軽減するため、介護保険施設に入所・短期入所した場合の食費や居住(滞在)費は、所得などに応じて限度額を定め、認定証(黄色)を発行しています。

- ▶対象者 次の全てを満たす人
- ①世帯全員が住民税非課税であること(世帯分離の配偶者を含む)
 - ②利用者とその配偶者の負債額を控除した資産(現金・預貯金、運用投資信託、有価証券など)の合計が一定額以下であること

▶既に認定証を持っている人 入所施設や担当ケアマネジャーに更新案内を送っています。引き続き認定証が必要な人は、手続きをしてください。

▶新たに認定証の交付を受けたい人 町ホームページや窓口にある申請書と、利用者本人・配偶者(該当者だけ)名義の預貯金通帳の写しなどを持参して、窓口で申請をしてください。詳しくは、お問い合わせください。

☎ 保険課介護保険係 ☎ 985-4115