

# 後期高齢者医療制度のお知らせ

## ■高額介護合算療養費及び医療費通知について■

### ■高額介護合算療養費について

医療と介護の両方を利用している世帯の自己負担を軽減する制度です。

同じ世帯の被保険者が、1年間に支払った後期高齢者医療制度と介護保険の自己負担額の合計が限度額を超えたときは、その超えた額が後期高齢者医療制度及び介護保険から支給されます。なお、手続きには市町村窓口への申請が必要となります。

- 後期高齢者医療制度または介護保険の自己負担額のいずれかが0円の場合は対象となりません。
- 支給額が500円以下の場合には支給されません。

### ◆自己負担限度額表

【1年分の自己負担額の計算期間：8月1日～翌年7月31日】

負担割合	区 分	自己負担額の合計の基準額	
3割	現役並み所得者	67万円	
1割	一 般	56万円	
	住民税非課税世帯	区分Ⅱ（※1）	31万円
		区分Ⅰ（※2）	19万円

※1 世帯全員が住民税非課税である方

※2 世帯全員が住民税非課税であり、世帯全員の所得が0円（公的年金収入のみの場合、その受給額が80万円以下）、または老齢福祉年金を受給している方

申請される方は、日高町役場保険年金課までお申し出ください。

### ■医療費通知の発行を希望される方へ■

北海道後期高齢者医療広域連合では、発行をご希望される方を対象に、医療費を半年ごとにまとめた医療費通知を送付しています。次回の発行は平成28年3月末（平成27年7～12月診療分）に行います。

### ◆新たに発行をご希望の方はご連絡ください

新たに発行をご希望の方は、お手数ですが、北海道後期高齢者医療広域連合または日高町役場保険年金課へご連絡ください。（電話でのご連絡だけで手続きできます。）

- すでに「発行希望」のご連絡をいただいている方には、継続して発行しますので、再度のご連絡は必要ありません。
- この通知を受け取られたことにより、申請等の手続きをされる必要はありません。
- ※ この通知を確定申告などの「医療費控除」の領収書の代わりとすることはできません。

### お問い合わせ先

北海道後期高齢者医療広域連合  
〒060-0062  
札幌市中央区南2条西14丁目 国保会館6階  
電話 011-290-5601

日高町 保険年金課  
保険医療・介護・年金グループ  
電話 01456-2-6561

## 日高町では、平成28年4月診療分から中学生の外来に係る医療費を無料化します。

〈受給資格要件〉

- (1) 日高町に住民登録している0歳～中学生のお子さん
- (2) 健康保険に加入していること
- (3) 所得制限・・・世帯の生計維持者の所得が、限度額以内であること

〈助成の内容〉

対象者	給付内容	自己負担額
0歳児から中学生	入院・通院・歯科・調剤・柔整	日高町が負担しますので、受給者の自己負担はありません (※課税・非課税を問いません)

※外来又は入院にかかる医療費について、健康保険の自己負担分を日高町が助成します。

※助成対象外・・・

- ・保険適用外の投薬、注射、容器代、診断書料、食事代、オムツ代、歯科矯正など
- ・(独)日本スポーツ振興センター(スポーツ共済)の災害給付を受ける場合

【お問い合わせ】日高町役場 保険年金課 保険医療・介護・年金グループ 電話 01456-2-6561

## 平成27年度「臨時福祉給付金」の申請受付期間延長のお知らせ

「平成27年度臨時福祉給付金」の申請受付期間について、平成27年9月28日から平成27年12月28日までとしておりましたが、申請期限日を下記のとおり延長することとしましたのでお知らせいたします。

申請がお済みでない方は、どうぞお早めに申請書の提出をお願いいたします。

なお、提出期限までに申請書の提出がなければ、給付金を受け取ることができませんのでご注意願います。

### ●日高町の申請受付期限 平成28年2月12日(金)まで(当日の消印有効)

平成27年1月1日に日高町に「住民登録」のある方が対象です。

※1月2日以降に住民になった方は、前住所の市町村の取り扱いとなり申請受付期間が異なります。

【担当窓口・お問い合わせ】

〈給付金の申請に係るご質問やご相談については〉

日高町役場 健康福祉課 福祉・子育て支援グループ (電話 01456-2-6183)

〈町民税の申告等については〉

日高町役場 税務課 課税グループ (電話 01456-2-6184)

## とねっこ館運動指導室便りvol.3

日常生活にウォーキングを取り入れよう！

『ウォーキングの効果』ご存知ですか？

脳・・・脳に酸素を取り込み脳の働きを活発にします。認知症予防にも効果

美・・・有酸素運動を行うと、血液中に酸素が取り込まれ脂肪が効率的に燃焼されます。

ダイエットだけでなく、美肌効果もあります。

心・・・外の空気を浴びて軽い運動をすることでリラックスし、気分転換になります。

また、自律神経のバランスを整え心も体もスッキリします。

健・・・ウォーキングは生活習慣病予防にも効果があります。内臓脂肪の燃焼や運動不足の解消で健康的なカラダを手に入れましょう。

骨・・・歩く事で骨に刺激を与え、骨を強くする働きがあります。

骨粗しょう症の予防にも効果的です。



健康のため！と思って歩き始めて膝や股関節を痛くしてしまった・・・そんな経験がある方が少なくありません。痛みを予防し、『歩く』を可能にするためにも筋トレが必要です。

とねっこ館運動指導室では、正しい歩き方、必要な筋トレなどをお伝えしています。

カラダに良いこと始めませんか？ お気軽にお越しください。

とねっこ館運動指導室より