

### 《介護保険料の納め方（特別徴収と普通徴収）》

年間の年金額が18万円以上ある方

→ 年金から介護保険料が天引きされます。（特別徴収）

年間の年金額が18万円に満たない方

→ 納付書（もしくは、口座引き落とし）で、介護保険料を納めます。（普通徴収）

年度中に65歳になった方（資格到達者）もしくは年度中に西原町に転入してきた方

→ 納付書（もしくは、口座引き落とし）で、納めていただきます。（普通徴収）

※以降、おおむね半年から一年で「特別徴収」に切り替わります（普通徴収→特別徴収）

※ 以下の場合、年金額や資格到達後に関らず、一時的に普通徴収に切り替わります。

- 現況届の提出遅れにより、年金の支給がなされなかった時
- 年度途中で、保険料額や年金額が変更になった時
- 年金を担保にした時
- 年金をもらっていない時

### 《介護保険料の納期（特別徴収と普通徴収）》

特別徴収：納期は、年に6回（年金が支給される月）となっています。

普通徴収：納期は、年に8回（平成23年7月から平成24年2月まで）となっています。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
特別徴収	1期		2期		3期		4期		5期		6期	
普通徴収				1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	

※平成22年度から継続して特別徴収の人、または4月から特別徴収が開始された方の介護保険料は、

「4月・6月・8月（仮徴収期）」と「10月・12月・2月（本徴収期）」に区別されます。

①平成23年の4月・6月は、平成23年の2月に引かれた介護保険料額と同額になります。

②平成23年の8月以降の介護保険料は、年間の保険料額が確定後、年間の保険料額から、すでに納めていただいている金額（4月・6月）を引いた残りの金額が振り分けられて、引かれます。

お問い合わせ：福祉部介護支援課 介護支援係 ☎945-5013（内線：194・195）

**保健師 だより** **65歳以上の方 必見!!** **「介護予防事業」をご存知ですか？**

介護予防事業とは「65歳以上で要介護等認定を受けていない方を対象とした運動器機能向上・栄養改善・口腔機能向上・認知症予防等に取り組む事業」のことです。  
西原町が実施している介護予防事業の一部をご紹介します。

今、開催している教室は2つあります。

◇「**がんじゅう教室**」運動強度：強  
→比較的元気な高齢者を対象に、筋力の向上・維持を目指し、自立した生活が継続できる様に支援する教室です。

◇「**貯筋クラブ**」運動強度：中～弱  
→「歩くことが前よりもつらくなった」「15分くらい続けて歩くことができない」など、運動器機能の低下が予想される高齢者を対象に、主に筋力アップの体操などを行い、介護予防を支援する教室です。

上記の2つの教室では、週に1回いいあんべ一家に集まって、専門職の指導のもと、ストレッチや家庭でできる筋力トレーニングなどを行います。参加の要件や運動強度等によって上記のいずれかに参加することができます。

上記の教室の内容には、運動器機能向上の他にも、栄養改善・口腔機能向上・認知症予防など、盛りだくさんの内容で開催しています。興味がある方は、お気軽にいいあんべ一家または役場の介護支援課までお問い合わせください。

お問い合わせ ◆いいあんべ一家：946-1734 ◆西原町役場 福祉部介護支援課：945-5013

# 平成23年度の西原町の介護保険料

～65歳以上の方(第1号被保険者)について～

- 介護保険は、介護が必要な方を社会全体で支えるため、必要な費用を「保険料」と公費（税金）でまかないます。
- 「65歳以上の方（第1号被保険者）の保険料の基準額」は、西原町介護保険サービスの給付費に応じて決まります。平成23年度の基準額は、56,400円となっています。
- 保険料は、平成22年中の所得などに基づいた所得段階別の金額となり、個人ごとに決められます。

### 《介護保険料の決め方》

