

# 9月1日(日)は環境美化の日

町の環境情報を発信  
環境station

町と水巻町環境美化推進員会議では、ごみのポイ捨て防止や環境美化意識の向上のため、町内一斉清掃活動を行います。皆さんの参加をお願いします。詳しい手順は各自治会で確認してください。

ごみの種類	袋の色	回収場所
もえるごみ	ピンク	ごみステーション
もえないごみ	青	各自治会指定の回収拠点
ビンカンごみ	透明	
枝	透明(大)	
草	透明(大)	

※側溝の清掃、公園の除草や枝の剪定などを行う場合は、必ず自治会に届けてください。  
※当日は各自治会配布のボランティア袋を使います。  
※もえるごみは、通常のごみ収集日に回収します。  
※枝、側溝の土砂の回収は後日行います。

## 枝と草は必ず分けて袋に入れてください

枝と草はもえるごみとして処分するのではなく、堆肥などにリサイクルする資源として活用することができます。分別に協力をお願いします。

※枝と草は、土・泥や他のごみを取り除いて別々の袋に入れてください。同じ袋に入れてしまうと、堆肥としてリサイクルができないことがあります。

※枝は袋を使わず「野積み」で回収することもできます。必ず事前に自治会に届けてください。

☎ 役場環境係



## 1カ月の病院代が高くなったときは I LOVE 国保

国民健康保険の加入者は、1カ月の医療費の自己負担額が高額になったとき、自己負担限度額を超えた額が高額療養費として支給されます。500円以上支給がある対象者には、診療月から4カ月後に「高額療養費支給申請のお知らせ」を郵送しています。

70歳未満の人、70歳以上で現役並み所得者や下表の低所得Ⅰ・Ⅱに該当する人は、事前に限度額適用認定証の交付を役場保険年金係で申請ができます。

### 申請・手続きが減って楽！マイナ保険証を利用しましょう

マイナ保険証だと、事前の手続きなく高額療養費制度における限度額を超える支払が免除されます。限度額適用認定証の事前申請は不要となるので、便利なマイナ保険証をぜひ利用してください。

☎ 役場保険年金係

### ●自己負担限度額(70歳未満)

所得要件 【総所得金額等－基礎控除(43万円)】	自己負担限度額
901万円超	25万2,600円＋ (総医療費－84万2,000円)×1%
600万円超～901万円	16万7,400円＋ (総医療費－55万8,000円)×1%
210万円超～600万円	8万100円＋ (総医療費－26万7,000円)×1%
210万円以下	5万7,600円
住民税非課税世帯	3万5,400円

### ●自己負担限度額(70歳以上の国保加入者)

所得要件	外来＋入院【世帯単位】	
	外来 【個人ごと】	
現役並み所得者 住民税課税標準額 690万円以上	25万2,600円＋ (総医療費－84万2,000円)×1%	
住民税課税標準額 380万円～690万円未満	16万7,400円＋ (総医療費－55万8,000円)×1%	
住民税課税標準額 145万円～380万円未満	8万100円＋ (総医療費－26万7,000円)×1%	
住民税課税標準額 145万円未満の課税世帯	1万8,000円 ※3	5万7,600円
低所得Ⅱ※1	8,000円	2万4,600円
低所得Ⅰ※2	8,000円	1万5,000円

- ※1 低所得Ⅰを除く住民税非課税の世帯
- ※2 同一世帯の世帯主と70歳以上の国保加入者が、それぞれ年金収入80万円以下で、その他の所得がない住民税非課税の世帯
- ※3 年間の限度額は14万4,000円

## 楽しく認知症予防からだも脳も若返り教室

体操や脳トレをすることで、健康習慣のきっかけづくりや見直しにつながります。教室の前後には体力測定も行っているため、現在の自分の体力を知ることが出来ますよ。運動から始める認知症予防で、からだも脳もリフレッシュしませんか。

### 参加した人の感想

- ▷ストレッチをもっと覚えたい。
- ▷歌の脳トレが楽しかった。
- ▷最初は不安だったけど毎回運動するのが楽しみになった。

とき 10/2～11/8の毎週(全12回)14時～15時30分

ところ スポーツクラブ EVERY (頃末南)

対象 町内に住んでいる75歳以上の

※年齢は令和7年3月31日が基準です。

※誰でも年1回参加することができます。

※申し込み多数の場合、初回参加の人を優先。

定員 20人(先着順)

費用 無料

申込期間 8/16(金)～8/30(金)

☎ 役場包括支援係



## 免除期間・納付猶予期間のある人は国民年金保険料の追納をしませんか

国民年金アラカルト

令和7年3月31日までに追納する場合の保険料額

年度	全額・法定免除・納付猶予・学生納付特例	一部免除		
		4分の3免除	半額免除	4分の1免除
2014	1万5,460円	1万1,600円	7,730円	3,860円
2015	1万5,790円	1万1,840円	7,890円	3,950円
2016	1万6,460円	1万2,340円	8,230円	4,110円
2017	1万6,670円	1万2,510円	8,330円	4,170円
2018	1万6,500円	1万2,370円	8,250円	4,120円
2019	1万6,560円	1万2,420円	8,270円	4,140円
2020	1万6,670円	1万2,500円	8,340円	4,160円
2021	1万6,710円	1万2,530円	8,350円	4,170円
2022	1万6,590円	1万2,440円	8,290円	4,150円
2023	1万6,520円	1万2,390円	8,260円	4,130円

国民年金保険料の免除(全額免除・一部免除・法定免除)、納付猶予、学生納付特例を受けた期間がある場合、保険料を全額納めたときと比べて、65歳から受け取ることができる老齢基礎年金の受け取り額が少なくなります。

将来受け取る老齢基礎年金を増額するために、10年以内であれば古い月分からさかのぼって納付できます。詳しくは問い合わせください。

☎ 八幡年金事務所国民年金課 ☎ 631-7962  
▷ 役場保険年金係



この広報紙は再生紙を使用しています。

■表紙で使用している「薄明」とは、日の入りや日が落ちた後、辺りが暗くなることを示す言葉の一つ。他にも「日暮れ」「黄昏」「黎明」「マジックアワー」など、さまざまな言葉がこの時間帯を表現しています。橙色に染まった空と暗色がかかった地上の構造物の対照は美しいものです。提灯を美しく思うのもこの構造と同じように、橙色と暗色の対照なのだからでしょうね。写真を撮りながらそんなことを考えていました。(奥園)

■7月10日号でカブトエビ観察会の取材をさせていただいた杉野さんの田んぼに、今年「ホウネンエビ」も出たので、急いで写真を撮らせてもらいました。今年は豊年(お米がたくさん実る年)になるかもしれませんね。(松崎)

## 編集後記