

高額医療・高額介護合算制度

高額医療・高額介護合算制度とは

世帯内の同じ医療保険に加入している人が1年間（8月1日～翌年7月31日）に支払った医療保険と介護保険の自己負担額の合計が限度額を超えた場合に、その超えた金額が申請により後から支給される制度です。

支給申請手続き

国民健康保険、後期高齢者医療制度に加入の人

保険年金課または岡山県後期高齢者医療広域連合から、1月中に、該当者に対し申請についての通知文書を送付します。

申請の受付は、保険年金課または各支所市民生活課で行います。

※毎年7月31日現在で加入している医療保険に対して申請します

※対象期間中に医療保険の種類に変更があった世帯員がいる場合は、変更前の医療保険での自己負担額証明書が必要です

自己負担限度額

区 分	限 度 額		
	75歳以上	70～74歳	70歳未満
現役並み所得者・上位所得者	67万円	67万円	126万円
一 般	56万円	56万円	67万円
低所得者 (住民税非課税世帯)	II	31万円	34万円
	I	19万円	

その他の保険に加入の人

該当者は、申請時に介護保険の自己負担額証明書（高齢介護課で発行。受付は各支所市民生活課でも可）が必要となります。

詳しい申請方法は、加入している医療保険にお問い合わせください。

現役並み所得者…負担割合が3割の人（70歳以上の人）
上位所得者…基礎控除後の総所得金額が600万円を超える世帯（70歳未満の人）
低所得者II…世帯全員が市民税非課税の人で、世帯員の各収入から必要経費・基礎控除を差し引いたときに所得が0円になる人（年金収入のみの場合は、年金収入金額80万円以下の人）
低所得者I…世帯全員が市民税非課税の人で、世帯員の各収入から必要経費・基礎控除を差し引いたときに所得が0円になる人（年金収入のみの場合は、年金収入金額80万円以下の人）

問い合わせ先 国民健康保険＝保険年金課☎32-2071、後期高齢者医療制度＝保険年金課☎32-2073、介護保険＝高齢介護課☎32-2070

津山市生涯学習 人材バンク

- 自分の特技を地域に活かしてみたい!
- まちの生涯学習に役立ちたい!

職業・趣味・生活などで身につけた知識・技術・経験を、社会に還元したいという思いを持った人に登録していただき、市民の文化活動やスポーツ活動など、さまざまな生涯学習の場で指導者や講師などとして活躍していただくための制度です。

4月の利用開始に向け、登録者を募集しています。「わたしは、こんなことができる」「こんな資格を持っている」「こんなことを伝えたい!」と思う人は、ぜひ登録してください。

問い合わせ先 生涯学習課☎32-2118

4月から 東幼稚園・鶴山幼稚園・加茂幼稚園 預かり保育開始!

園児の心身の健全な発達と保護者の子育て支援を目的として、4月から市立東幼稚園・鶴山幼稚園・加茂幼稚園で預かり保育を実施します。

対象 それぞれの幼稚園に在園している園児で、保護者が就労・看護・介護などに該当する場合

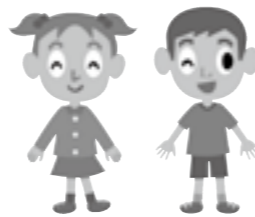
実施日 祝日・年末年始・年度末・年度始め・幼稚園行事などの振替休日を除く、月～金曜日（春休み・夏休み・冬休みなどの長期休業期間も実施）

預かり保育時間 通常の保育時間終了後～午後5時30分（長期休業期間は、午前8時30分～午後5時30分）

預かり保育料 通常＝月額5,000円または日額400円、長期休業期間＝日額800円

※おやつ代や教材費などは、実費

問い合わせ先 こども課☎32-7028、東幼稚園☎22-2237、鶴山幼稚園☎22-2352、加茂幼稚園☎42-3036



津山すこやか・こどもセンターで がん検診・特定健診を実施します

2/24(木)25(金)

問い合わせ先 健康増進課☎32-2069

がん検診や特定健診の医療機関での受診は1月31日(月)までとなっていますが、もうお済みでしょうか？市では医療機関での実施期間終了後の2月24日(木)・25日(金)に、津山すこやか・こどもセンターでがん検診や国民健康保険の特定健診などを実施します。

受診希望者は予約をお願いします。また、この2日間は健診の受診券や減免券・無料券・がん無料クーポン券を有効期限（今年度分）にかかわらず使うことができます。

受診券再発行もすぐその場で!

会場で特定健診や高齢者健診の受診券の再発行ができます。乳がん・子宮がん検診の無料クーポン券の再発行や受診料金の減免申請も、窓口ですぐにできます。

※印鑑をご用意ください（スタンプ印は不可）

受診料金が安い!

限られた日時に集中して行うので、受診料金が安くなります。

受診できる検診	対 象	69歳以下	70歳以上	受付時間
特定健診等	40歳以上	1,060円	510円	午前8時～10時
胃がん検診	40歳以上	1,200円	400円	
大腸がん検診	40歳以上	400円	200円	
肺がん検診	40歳以上	300円	100円	
肝炎ウイルス検診	40歳以上	500円	200円	
前立腺がん検診	50～69歳の男性	400円		午後1時～2時
子宮がん検診	20歳以上の女性	1,000円	400円	
乳がん 視触診のみ	30歳以上の女性	300円	100円	
乳がん 検診 マンモグラフィ併用	40～69歳の女性	1,600円		

託児サービスを用意!

午後は託児サービスを用意します。小さい子どもがいるお母さんも安心して乳がん・子宮がん検診を受診してください。

すべてのがん検診を実施!

すべてのがん検診を受けることができます。また、乳がん検診はマンモグラフィも用意。40～50代は乳がんの発生率が高い年齢といわれています。この年代の女性には特にマンモグラフィの受診をお勧めします。



がん検診を受けた人にはプレゼント!

今年度、市が実施するがん検診を受診した人には、その領収書（または検診結果票）を津山信用金庫の窓口で3月31日までに持参すると、粗品がプレゼントされます。

※市と津山信用金庫・アメリカンファミリー生命保険会社・富国生命保険相互会社・三井住友海上きらめき生命保険株式会社が締結した「がん啓発・がん検診の受診率向上に向けた包括的連携に関する協定」により実施されます

「毎年受けるのは面倒」「受ける暇がない」などと健診無精になっていませんか？もし病気になる、重症化するほど不自由な生活を余儀なくされ、お金も、時間も、心身への負担もかかってしまいます。そうならないためには、健診を毎年受けることが大切です。

健診により健康状態を確認し、生活習慣を見直すきっかけにしましょう。まだ受診していない人は、ぜひ健診を受けてください。

毎年、健診を受けましょう

医療費節約ポイントその6(最終)

問い合わせ先 保険年金課☎32-2071

国民健康保険にご加入の皆さんへ

健診データが健康づくりに役立っています!

国民健康保険では、40歳から74歳までの被保険者に生活習慣病予防のための特定健診を行っています。その健診データは分析され、生活改善のサポートや皆さんの健康づくりのために活用しています。そのため、より多くの健診データが必要です。

特定健診をまだ受診していない人は健診を受けてください。また、個人的に人間ドックを受診したり、勤務先の事業所などで健診を受診した人は、受診結果の写しを提供してください。

健康づくりは病気を未然に防ぎ、医療費や保険料への皆さんの負担を減らすことにもつながります。人間ドックなどのデータを提供していただける人は**まずは、電話でご連絡ください。**

問い合わせ先 保険年金課☎32-2071