

介護保険料を引き下げます!

下條村では、平成21年度から23年度の介護保険料等を決定する「第4期介護保険事業計画」を懇話会で決定し策定しました。

この中で、国の計画により、介護に従事する人の処遇改善を目的に、今までの報酬に3%を上乗せする介護報酬の改定が行われます。

そのために皆さんの利用する介護サービスの費用や介護保険料も上昇することが考えられ、保険料が急激な上昇とならないように国からの特別対策により、平成21年度から平成23年度までの保険料の軽減が行われます。(年額636円・第4段階の場合)

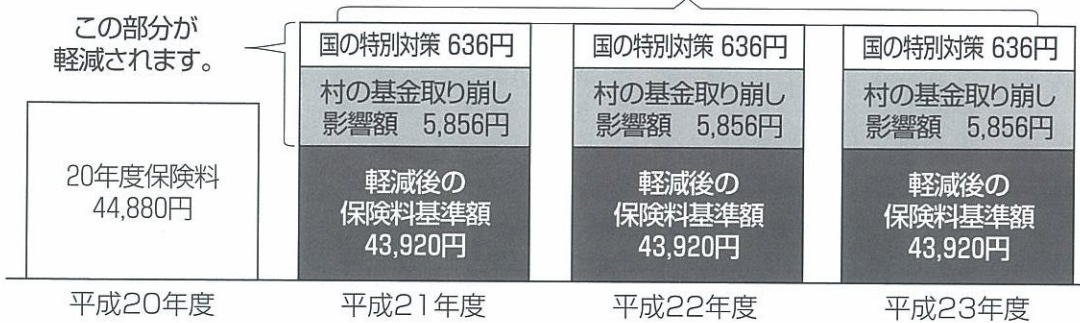
また、村でも介護保険準備基金を積み立てており、この基金の積立を取り崩して活用します。(年額5,856円・第4段階の場合)

基金の取り崩しの後も、今後の運営に支障のないように健全運営に努めていきます。

新しい保険料基準額のイメージ

(第4段階の場合)

3年間均等に軽減を行います。



所得段階別の介護保険料

所得段階	段階分類の基準	年 額	参考(H20)
第1段階	保険料=基準額×0.5	21,960円	22,440円
	生活保護者の場合、及び高齢福祉年金受給者であって世帯全員が村民税非課税の場合等		
第2段階	保険料=基準額×0.5	21,960円	22,440円
	世帯全員が村民税非課税で、本人の「課税年金収入額+合計所得金額」が年間80万円以下の場合等		
第3段階	保険料=基準額×0.75	32,940円	33,660円
	世帯全員が村民税非課税で、本人の「課税年金収入額+合計所得金額」が年間80万円を超える場合等		
第4段階	保険料=基準額	43,920円	44,880円
	本人は村民税を課税されていないが、世帯のだれかに市民税が課税されている場合等		
第5段階	保険料=基準額×1.25	54,900円	56,100円
	本人が村民税を課税されており、前年の合計所得金額が200万円未満の場合等		
第6段階	保険料=基準額×1.5	65,880円	67,320円
	本人が村民税を課税されており、前年の合計所得金額が200万円以上の場合		



いきいきらんど情報



保育所だよ
友達と仲良く
遊びましょー

一月九日に飯田下伊那人権擁護委員十一名の皆さんが下條保育所に人権擁護の啓発活動に来てくださいました。手あそびやしりとりをした後、ペープサート「なにしてあそぼう」(友だちと仲良く遊びましょーという内容)を上演していただき、手作りのあたたかさや伝わってくる分かり易いお話で、子どもたちはじっと見入っていました。

最後に大きな「人権あゆみちゃん」が登場し、子どもたちから「何歳?」「お家はどこ?」などたくさん質問が寄せられていました。可愛い「人権あゆみちゃん、人権まもる君」のキーホルダーをいただきました。

平成20年度から特定健診・特定保健指導がスタートしました。

- ・下條村国民健康保険に加入されている40～74歳までの方が対象です。
- ・メタボリックシンドローム(内臓脂肪型肥満)の予防と解消に着目した健診、保健指導です。

平成20年度の結果は以下の通りでした

国保特定健診対象者 650名
 特定健診受診者 271名 男116名 女155名 (平成19年度は232名でした)
 受診率 41.7% (平成20年度目標は40.0%でした)

平成24年度までに
65%が目標です。

- ・特定健診受診者271名のうち
メタボリックシンドローム該当者・予備群は…

(単位：人)

	積極的支援		動機づけ支援	
	40～64歳	7	男：6 女：1	8
65～74歳	/		16	男：10
				女：6
合計	7	男：6 女：1	24	男：13 女：11



この方達を対象に12月～4月にかけて「ストップザ・肥満」講座を開催しました。

第1弾：食事編 「腹8分目、あなたの食事は何分目？」

第2弾：運動編 「コツコツ貯筋しまいか！」12回コース

- *それぞれ目標を立てて、間食を減らしたり、筋肉トレーニングの種類を増やすなど実践されている方は、着実に体重減少、腹囲減少の結果が出てきています。今年度の健診結果が楽しみです。
- *内臓脂肪型肥満は普通預金型なので、脂肪がつきやすいかわりに運動や食事などの改善をすると効果（脂肪がとれる…体重腹囲減少）が出やすいので、やりがいがあります。
- *メタボ予防・改善の合言葉は

1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後に薬!! です。

- *他人事ではありません。あなたもこの機会にご自分の生活スタイルを見直してみませんか？

四月一日から妊婦健診
が14回無料(公費負担)
になります

村では、妊娠・出産にかかる経済的不安を軽減し、少子化の解消の一助となるよう、また、積極的な妊婦健康診査を受診してもらおうと、今まで五回まで無料だった妊婦健診を十四回まで無料とします。

●実施時期と回数
① 妊娠初期から二十三週までは四週間に一回
② 妊娠二十四週から三十五週までは二週間に一回
③ 妊娠三十六週から分娩まで一週間に一回です。

④ 合せて 四回の超音波検診(エコー)も無料となります。

●手続は：妊娠がわかったら、いきいきらんど下條まで、早めに妊娠届を提出して下さい。母子手帳の交付とともに、色分けされた健診票をお渡しします。妊娠週に応じた健診票を医療機関へ提出して下さい。

尚、四月一日現在、すでに妊娠届を出されて、古い健診票をお持ちの方は、いきいきらんど下條で新しい健診票と交換します。

不明な点がありましたら、いきいきらんど下條 福祉課の保健師までお問い合わせください。

(TEL 27-1231)