

国民健康保険制度の適正なご利用を

～十一月は国民健康保険制度適用適正月間です～

■国民健康保険の届出をお忘れなく
国民健康保険は、七十四歳までの方で社会保険健康保険、共済・船員保険も含む(の被保険者およびその被扶養者、生活保護被保護世帯を除く、すべての人が加入する制度です。

届出が遅れると、保険料をさかのぼって納付いただいたり、社会保険加入時にさかのぼって医療費を返還いただくなど、トラブルの原因にもなりますので、次のようなときには、十四日以内に届け出をしてください。

■社会保険の被扶養者になれる場合があります
あります

同じ世帯に社会保険の加入者がいる場合や、生活費の大部分を仕送りに頼っている方で、一定の年収以下の場合、被扶養者として認定されることがあります。

●国保に加入するとき●	(手続きに必要なもの)
他の市区町村から転入してきたとき	住基カードまたは転出証明書
他の社会保険の被保険者でなくなったとき	社会保険をやめた証明書
他の社会保険の扶養家族からはずれたとき	被保険者証
子どもが生まれたとき	生活保護を受けなくなったとき
生活保護を受けなくなったとき	保護廃止決定通知書
●国保をやめるとき●	(手続きに必要なもの)
後期高齢者医療制度の対象となったとき(六十五歳以上七十五歳未満の場合)	被保険者証
他の市区町村へ転出するとき	被保険者証
他の社会保険の被保険者になったとき	国保と他の社会保険の両方の被保険者証
他の社会保険の扶養家族になったとき	被保険者証
死亡したとき	喪主等の確認ができるもの
生活保護を受けるようになったとき	被保険者証 保護開始決定通知書

社会保険の被扶養者として認定された場合、国保税の負担が不要となります。詳しくは、勤務先に確認してください。

《被扶養者の年収の目安》

- ① 年収一三〇万円未満で、扶養する人の年収の半分未満であること。
- ② 六〇歳以上または一定の障害がある場合は、年収一八〇万円未満であること。

■無駄な医療費をなくしましょう

平成二十四年度における国民健康保険加入者の一人あたりの医療費は三十二万五千六百四十八円で、県内で第三位と、年々増加の一途です。医療費増加の原因は、人口構造の高齢化や医療技術の進歩、生活習慣病などの慢性患者の増加のほか、頻回受診や重複受診も大きな要因となっています。

《医療費節約のポイント》

- ① かかりつけ医をもちましょう
- ② 重複受診はやめましょう
- ③ 救急の時以外は、診療時間内に受診しましょう
- ④ ジェネリック医薬品を活用しましょう
- ⑤ 定期的な健康診断を受けましょう

⑥ 毎日の健康管理に努めましょう

■高額療養費の申請忘れはありますか？

既に「限度額適用認定証」や「限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付を受けている場合でも、院外処方や世帯合算など、申請により更に払い戻しを受けられる場合があります。詳しくは、市ホームページまたは「滋賀県の国保」(三月に郵送したリーフレット)にて、ご確認いただくか、保険年金課または旧支所の地域市民センターまでお問い合わせください。

■所得の申告もお忘れなく

所得の申告忘れがあると、本来受けられるべき国保税の軽減が受けられない場合があります。申告ができていない場合は、税務課までご相談ください。

問合わせ
資格・給付に関すること
保険年金課 国保年金係
☎65-0688 / ☎63-4618
税務課 市民税係
☎65-0679 / ☎63-4574

水口税務署からのお知らせ 記帳・帳簿義務が拡大 — 個人の白色申告者の方へ —

個人の白色申告者のうち、事業所得、不動産所得または山林所得を生ずべき業務を行う全ての方(所得税及び復興特別所得税の申告の必要がない方も対象となります)は、平成26年1月から記帳と帳簿書類の保存が必要です。

記帳・帳簿等の保存制度や記帳の内容の詳細は、国税庁ホームページ(<http://www.nta.go.jp>)をご覧ください。詳しくは、最寄りの税務署にお問い合わせください。

記帳説明会のご案内

新たに記帳を行う方や記帳の仕方が分からない方のために、記帳・帳簿等の保存制度の概要や記帳の仕方などを説明する「記帳説明会」を水口納税協会と共同で実施します。また、決算時期には、「決算説明会」を開催し、棚卸の仕方、減価償却の方法などについて説明をします。

記帳説明会

開催月日	時間	場所	講師
11月6日(水)	第1回 10時～12時	湖南市商工会(サンライフ甲西)	税理士
11月7日(木)	第2回 14時～16時	水口納税協会(税務署の隣)	

決算説明会

開催月日	時間	場所	講師
12月3日(火)	第1回 10時～12時	甲賀市商工会(税務署の向かい側)	税理士
12月4日(水)	第2回 14時～16時	湖南市商工会(サンライフ甲西)	

どなたでも参加できますので、ぜひお越しください。

問合わせ
水口税務署 個人課税部門
☎62-0314(代表)

※自動音声によりご案内しています。アナウンスに従い操作してください。

「ふじが盛人のつどい」開催

20歳の成人式から50年。70歳をお迎えになる皆さまを中心に、再会を喜び、ますます元気で身近な地域のまちづくりや後輩の育成・指導に活躍していただくとともに、より充実した豊かな人生を過ごすことを確かめ合う機会として「ふじが盛人のつどい」を開催します。

記念講演には女優 藤田弓子さんを講師にお迎えし、自らの体験談を中心に人生や家族、生きがいなどについてご講演いただきます。また市民活動団体の皆さんによる活動発表のほか、展示室・ロビーでは、百歳体操の実演や作品展、野菜の展示販売、お茶席などを設けています。お誘いあわせのうえ、気軽にご参加ください。

問合わせ
社会教育課 生涯学習係
☎66-8021 / ☎66-8380



【日時】
11月10日(日)
12:00～ 展示室での催し
百歳体操実演、作品展等(16時まで)
ホワイエにてお茶席(14時30分まで)

13:00～ 受付・ホール開場
13:20～ オープニングアクト
13:30～ 開会行事
13:40～ 市民活動団体発表
14:30～ 記念講演
「いくつになっても旬」
講師 女優 藤田弓子さん

16:00 閉会

【会場】
あいこうか市民ホール

【主催】
「こうか盛人のつどい」実行委員会
甲賀市・甲賀市教育委員会

※参加費無料
手話通訳あり

高齢者介護予防ボランティア・ポイント制度

参加者募集中

甲賀市では、高齢者の皆さまにいつまでも健康で、生きがいを持って元気に暮らしていただくために、「高齢者介護予防ボランティア・ポイント制度」を実施しています。今年度は、新たに23名の方が登録され、現在60名以上の方がいきいきとボランティア活動に励まれています。

◆ポイント制度の仕組み

- 【対象者】市内在住の65歳以上の介護保険の認定を受けていない方
 - 【活動受入機関】市内の所定の介護保険適用施設、障害者施設、NPO法人など
 - 【活動内容】話し相手、傾聴、移動介助、配膳下膳、施設内外の清掃、催事手伝い、レクレーションの参加支援、特技披露、農作業、日曜大工など
 - 【ポイント制度の内容】所定の活動受入機関でボランティアとして活動し、その活動時間に応じてポイントを貯めることができます。貯めたポイントは年度末にポイント数に応じて市の特産品と交換することができます。
- ※1時間を1ポイントと換算。ポイントを貯めることができる上限は1日2ポイント、年間50ポイントまで。

【登録方法】長寿福祉課地域支援係で登録申請を行ってください。また、事前研修会に参加していただく必要があります。

ボランティア活動は、無理をせず、自分自身が楽しむことが大切です。「ボランティア活動をしたい」という気持ちがあれば十分です。特に特技や技術は必要ありません。ボランティアに参加された皆さまからは、「色々な人に出会えて楽しい」「人に喜んでもらえてうれしい」「生活の張り合いになっている」などの声をいただいています。ボランティア活動をとおして、いきいきと毎日を過ごせるように、自分にできることから始めてみませんか。

問合わせ
長寿福祉課 地域支援係
☎65-0699 / ☎63-4591