

甲賀市×タニタヘルスリンク 令和3年度 オーダーメイド型運動教室

●問合せ：すこやか支援課 (Tel) 69-2168

活動レポート

大西 正泰 さん



体力年齢
-12歳
達成!

オーダーメイド型運動教室って? /

一人ひとりに合わせた運動プログラムで
無理なく、楽しく運動習慣が
身につけられる教室です。

令和3年10月～令和4年3月までの
6カ月間開催しました。

小西 亜都沙 さん



体力年齢
-9歳
達成!

服部 良道 さん



体力年齢
-18歳
達成!

西島 恭子 さん



体力年齢
-5歳
達成!

大西 秀雄 さん



体力年齢
-15歳
達成!

みんなの頑張り 成果発表!

約半年間の運動教室を終えて...

筋肉量

平均

0.4%
アップ!

体力年齢

平均

-4.6歳
達成!

体脂肪率

平均

-0.6%
達成!



- ◆毎週、自分の身体チェックができた。参加者同士の交流が楽しかった。
- ◆週1でも運動することで頭痛が減ったし、筋肉痛になったりするからちゃんと動けている実感を持てた。

令和4年度の募集は、夏ごろ案内予定です。もうしばらくお待ちください。

医師会・歯科医師会・ 薬剤師会がチームに!

●問合せ：福祉医療政策課
(Tel) 69-2171 (Fax) 63-4085

甲賀市三師会議を開催

甲賀市域の医師会・歯科医師会・薬剤師会の連絡協議会「甲賀市三師会議」を1月27日(木)に開催しました。

今回は「ビスホスホネート製剤[※]を内服されている患者様への連携について」をテーマに、実際の症例報告に続き、甲南病院整形外科・宮本医師より同製剤を投薬治療中の患者様に対する治療時の注意点や休薬の必要性などについて講演が行われました。

その後、かかりつけの医師・歯科医師・薬剤師がどのように連携を図りながら骨粗しょう症の患者様の治療に取り組んでいくか、甲賀病院・信楽中央病院の医師も交え活発な意見交換となりました。

この会議は、医師会・歯科医師会・薬剤師会が定期的に集まり協議や情報交換を行う場として発足しました。

今後も、三師会がチームとして、患者様の健康づくりに関われるよう、多様なテーマで議論を深めたいと思っています。

文責／富山 佳寿人(甲賀湖南歯科医師会会長)

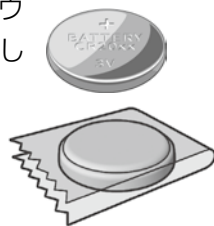
※【ビスホスホネート製剤】

骨粗しょう症の治療に広く用いられる薬剤

『コイン型電池』の 回収について

●問合せ：生活環境課 廃棄物対策係
(Tel) 69-2145 (Fax) 63-4582

いわゆる「コイン型リチウム電池」(型式記号「CR」もしくは「BR」と記載)は、家電量販店等のリサイクルBOX設置店での回収が行われていない場合があります。



このことから、市では、生活環境課やエコステーション、不燃物処理場(水口・土山・甲賀)でコイン型リチウム電池の回収を行います。お持込みの際は、イラストのようにセロテープ等で絶縁していただくをお願いします。

※なお、コイン型電池および乾電池以外の電池(ボタン型電池や充電式電池(バッテリー))は、リサイクルBOX設置店等へお持込みいただくをお願いします。

令和4年度 後期高齢者医療保険料について

●問合せ：保険年金課 後期高齢者医療係 (Tel) 69-2142 (Fax) 63-4618

後期高齢者医療保険料は被保険者の皆様に等しく負担していただく「均等割」と所得に応じて負担していただく「所得割」を合計して算出されます。

世帯の所得に応じて均等割の軽減等があります。(令和3年度からの変更はありません。)

おひとりごとの新しい保険料の額は、7月に郵便でお知らせする予定です。

年間 保険料 ※1	=	均等割額 46,160円 ※2	+	所得割額 (総所得金額等-43万円)×8.70% ※3
-----------------	---	-----------------------	---	-----------------------------------

※1 年間保険料の上限は66万円です。

※2 世帯の所得に応じた軽減制度等があります。

※3 総所得金額等は公的年金所得、給与所得、事業所得、山林所得、その他所得、分離所得の合計です。

対象者の所得要件 (世帯主および世帯の被保険者全員の 軽減判定所得の合計額) ※4	令和4年度 均等割額の 軽減割合
43万円 +10万円×(年金・給与所得者の数-1)以下 ※5	7割
43万円+(28万5千円×世帯の被保険者数) +10万円×(年金・給与所得者の数-1)以下 ※5	5割
43万円+(52万円×世帯の被保険者数) +10万円×(年金・給与所得者の数-1)以下 ※5	2割

後期高齢者医療制度に加入する前日に 職場の健康保険等の被扶養者であった人への軽減
所得割...負担なし(かかりません) 均等割...制度加入後2年間5割軽減

※4 65歳以上の公的年金の受給者は、総所得金額等から年金所得の範囲内で15万円を控除します。また、事業所得等の専従者控除および譲渡所得の特別控除等の税法上の規定は適用されません。

※5 年金・給与所得者の数は、令和3年中の給与収入が55万円以上、または65歳以上で公的年金等収入額125万円以上の方が該当します。