

# こんにちは 地域包括支援センター です！

## まる元運動教室のご案内



### こんな方へ…

- 運動は苦手だけど、人と触れ合って楽しい時間を過ごしたい。
- 運動を楽しみながら体力維持やアップにつなげたい。

### まる元運動教室 ※現在ご案内できるのは1組と3組の2教室となります。

対 象 60歳以上の赤平市民

会 場 交流センターみらい 4階かたらいホール

受講料 1カ月1,000円

※健康運動指導士が楽しく指導してくれています。

※体力に応じたクラス分けになっておりますので、興味のある方は地域包括支援センターにお問い合わせください。

○1組 9時30分～10時30分

運動は苦手だけど、人と触れ合って楽しい時間や昔ながらの遊びを楽しめる教室です。

○3組 13時～14時

楽しみながら体力・筋力アップができる教室です。

問合せ 地域包括支援センター ☎32-0661



information

## 市税等収納向上

問合せ

納税係 ☎32-2219

## 軽自動車などの手続きはお早めに



軽自動車税の賦課期日が4月1日となっています。賦課期日に軽自動車を所有している方に対し、1年分の税金が課税されます。廃車、売買、譲渡などによる所有者変更が終わっていない方は、今のうちから余裕を持って手続きをすることをおすすめします。

※軽自動車税は日割り計算による還付はありません。



| 車種                                                                | 管轄(担当)                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| <b>赤平市ナンバー</b><br>▶ 原動機付自転車(125ccまで) ▶ ミニカー<br>▶ 小型特殊自動車(農耕作業用含む) | <b>赤平市役所(税務課)</b><br>〒079-1192 赤平市泉町4丁目1番地<br>☎32-2219                   |
| <b>札幌ナンバー</b><br>▶ 軽二輪車(126cc～250ccまで)<br>▶ 二輪の小型自動車(251cc以上)     | <b>札幌運輸支局</b><br>〒065-0028 札幌市東区北28条東1丁目<br>☎050-5540-2001               |
| <b>札幌〇〇〇ナンバー</b><br>▶ 軽自動車                                        | <b>軽自動車検査協会札幌主管事務所</b><br>〒001-0925 札幌市北区新川5条20丁目1番21号<br>☎050-3816-1763 |

### ☑今月の納税 納期限 3月2日(月)まで

| 税目         | 期   | 相談窓口                         |
|------------|-----|------------------------------|
| 国民健康保険税    | 第8期 | 市民生活課<br>国保賦課徴収係<br>☎32-2214 |
| 後期高齢者医療保険料 |     |                              |

| 税目    | 期   | 相談窓口                         |
|-------|-----|------------------------------|
| 介護保険料 | 第6期 | 介護健康推進課<br>介護保険係<br>☎32-2217 |



## 自己負担を軽減！ 「高額介護合算療養費」

「医療」と「介護」の両方を利用している世帯の自己負担を軽減する制度です。



8月から翌年7月末までの1年間で、同じ世帯の被保険者が「医療」・「介護サービス」を利用し、自己負担額の合計(医療+介護)が以下の表の基準額(限度額)を超えた場合、申請をすると超えた額が高額介護合算療養費として、医療保険および介護保険から支給されます。

※国民健康保険・後期高齢者医療制度または介護保険の自己負担額のいずれかが0円の場合は対象になりません。

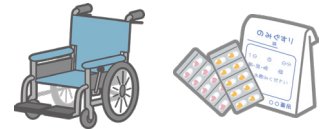
※支給額が500円以下の場合には支給されません。

### ▽70歳から74歳までの国民健康保険加入世帯と後期高齢者医療加入世帯

| 所得区分         |       | 国民健康保険<br>+<br>介護保険(70歳~74歳) | 後期高齢者医療<br>+<br>介護保険 |
|--------------|-------|------------------------------|----------------------|
| 現役並み所得者Ⅲ     |       | 212万円                        | 212万円                |
| 現役並み所得者Ⅱ     |       | 141万円                        | 141万円                |
| 現役並み所得者Ⅰ     |       | 67万円                         | 67万円                 |
| 一般(Ⅰ・Ⅱ)      |       | 56万円                         | 56万円                 |
| 住民税<br>非課税世帯 | 区分Ⅱ※① | 31万円                         | 31万円                 |
|              | 区分Ⅰ※② | 19万円                         | 19万円                 |

※①世帯全員が住民税非課税で区分Ⅰに該当しない方

※②世帯全員が住民税非課税であり、世帯全員の所得が0円(公的年金収入のみの場合、その受給額が80万円以下)または、老齢福祉年金を受給している方



### ▽70歳未満を含む世帯

| 所得区分            | 国民健康保険+介護保険<br>(70歳未満を含む世帯) |
|-----------------|-----------------------------|
| ア)901万円超        | 212万円                       |
| イ)600万円~901万円以下 | 141万円                       |
| ウ)210万円~600万円以下 | 67万円                        |
| エ)210万円以下       | 60万円                        |
| オ)住民税非課税        | 34万円                        |

#### ●申請手続き

令和6年度分(令和6年8月1日~令和7年7月31日)の期間で、支給対象となる方には申請のご案内をします。

#### ●お願い

医療保険(後期高齢者医療含む)では、所得状況により負担区分が決まりますので、**収入の有り無しにかかわらず収入の申告を行なってください。**

## ○国保特定健診・後期高齢者健診のお知らせ○

### ●まもなく無料受診券の有効期限が終了



国保特定健診・後期高齢者健診の無料受診券(水色)の有効期限は令和8年3月31日(火)までです！  
健診受診を希望される方は、お早めに健診医療機関に予約をするっすよ。  
受診券を紛失した場合は再発行になるので、医療保険係までご連絡くださいっす！

### ●ごみ袋プレゼントは4月17日(金)まで

特定健診・後期高齢者健診を受診後、医療機関から送られてくる健診結果票を市役所1階の医療保険係へお持ちいただいた方に、「燃やせるごみ袋20リットル」を10枚プレゼントしています。また、令和6年度と令和7年度の2年連続受診した方は、さらに「生ごみ袋3リットル」を10枚差し上げています。

