

年度中に65歳になった方（資格到達者）もしくは年度中に西原町に転入してきた方
 → 納付書（もしくは、口座引き落とし）で、納めていただきます。（普通徴収）
 ※以降、おおむね半年から一年で「特別徴収」に切り替わります（普通徴収→特別徴収）

- ※ 以下の場合は、年金額や資格到達後に関らず、一時的に普通徴収に切り替わります。
- 現況届の提出遅れにより、年金の支給がなされなかった時
 - 年度途中で、保険料額や年金額が変更になった時
 - 年金を担保にした時
 - 年金をもらっていない時

〈介護保険料の納期（特別徴収と普通徴収）〉

特別徴収：納期は、年に6回（年金が支給される月）となっています。
 普通徴収：納期は、年に8回（平成22年7月から平成23年2月まで）となっています。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
特別徴収	1期		2期		3期		4期		5期		6期	
普通徴収				1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	

※平成21年度から継続して特別徴収の人、または4月から特別徴収が開始された方の介護保険料は、
 『4月・6月・8月（仮徴収期）』と『10月・12月・2月（本徴収期）』に区別されます。
 ①平成22年の4月・6月は、平成22年の2月に引かれた介護保険料額と同額になります。
 ②平成22年の8月以降の介護保険料は、年間の保険料額が確定後、年間の保険料額から、
 すでに納めていただいている金額（4月・6月）を引いた残りの金額が振り分けられて、引かれます。

お問い合わせ／福祉部 介護支援課 介護支援係 ☎945-5013(内線194・195)

保健師だより

熱中症に気をつけよう！

梅雨も明け、毎日暑い日が続きますが、みなさんはどんな暑さ対策をしていますか。
 この時期は熱中症にかかってしまう方が増えてきます。外出の時には帽子や日傘で直射日光を避けるなど、気をつけている方も多いと思いますが、近頃は、セールス等の訪問を警戒してからか、家中の窓を開け切っている方が多く、家中にいても熱中症を発症することがあるため、普段の生活の中での心がけが必要です。家中に熱がこもらないように、時々窓を開け風通しを良くしましょう。また、特に高齢者の方はトイレに行く回数を気にするあまり、水分を取りたがらない方も少なくはありません。「喉が渇いたな。」と感じた時には、すでに体は脱水状態になり始めているので、喉が渇かなくてもこまめに水分をとることが大切です。暑さを感じにくくなっている場合もあるので、室温計で実際の室温や湿度を確認するのも一つの方法かもしれません。また、水分補給と同様、しっかり食事をとることも大切です。休養と睡眠も十分にとり体調や体力の維持に努めましょう。

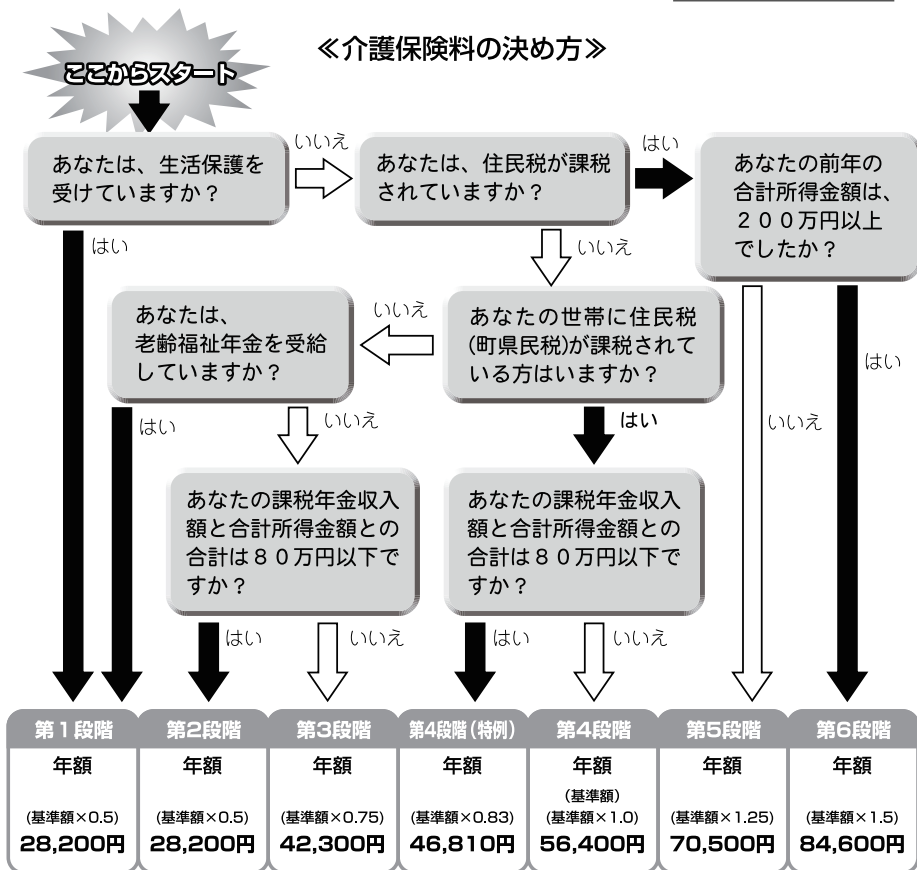
本格的な夏がやってきますが、体調管理を心がけ、暑い夏を乗り切りましょう！！



平成22年度の西原町の介護保険料

～65歳以上の方(第1号被保険者)について～

- 介護保険は、介護が必要な方を社会全体で支えるため、必要な費用を『保険料』と公費（税金）でまかないます。
- 「65歳以上の方（第1号被保険者）の保険料の基準額」は、西原町介護保険サービスの給付費に応じて決まります。平成22年度の基準額は、56,400円となっています。
- 保険料は、平成21年中の所得などに基づいた所得段階別の金額となり、個人ごとに決められます。



〈介護保険料の納め方（特別徴収と普通徴収）〉

- 年間の年金額が18万円以上ある方
 → 年金から介護保険料が天引きされます。（特別徴収）
- 年間の年金額が18万円に満たない方
 → 納付書（もしくは、口座引き落とし）で、介護保険料を納めます。（普通徴収）