

住み慣れた地域で、「自分らしく」暮らし続けるために

退職したら・・・高齢になったら・・・もしも病気や介護が必要な状態になった時には・・・こんな生活がしたいという願いはありますか。「まだまだ先のこと」と思わずに、普段から考えることが「自分らしい」暮らしにつながります。

できる限り自宅で、願うような生活をするために、今できること！

- 孫の成長をみたいから、食事や定期健診など健康に気を付けよう
- 趣味の旅行を続けたいから、運動をして筋力を維持しよう

介護が必要になる時に備えて

- 普段からこの役割は私がやりたい、これはしてほしくないなどの自分の考えを家族や親しい人に伝えておく

いつでも助け合えるように

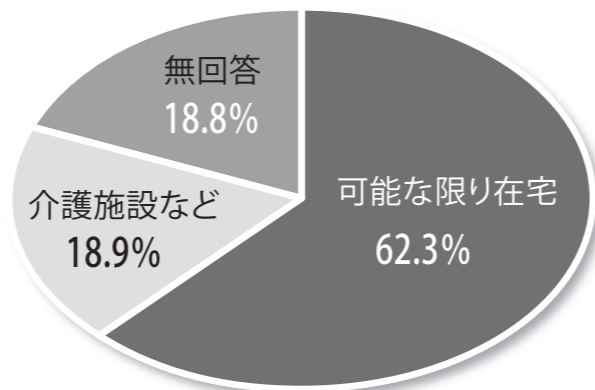
- 普段から挨拶などを通して、顔の見える近所づきあいや地域とつながりをもつ



西原町も急激な高齢化が予測されています。これからは「元気な高齢者が、支援が必要な高齢者を支える」ことや、自分にできる何気ない助け合い活動などが将来の暮らしやすい地域をつくれます。

まずはこの機会に、住み慣れた地域（自宅）で「自分らしく」暮らし続けるために、今できる事、将来の事を考えてみませんか。

介護を受けたい場所



(西原町高齢者保健福祉計画 ことぶきプラン2015より)



- 運動はしたいけど足腰が痛くて、遠くまで行けない。
- 一人では無理。
- 仲間で集まって何かしたい。

そんなあなたを応援！ 体操体験会、やります

いつでも集まれる場所で、元気になるために、体操で筋力アップ！
体操に興味のある方やグループは、気軽に介護支援課まで。



足腰が丈夫になっているよ～

集まるのも元気のモト♪

呉屋地区

【お問い合わせ】 福祉部介護支援課 介護支援係 ☎945-5013

障害児福祉手当・特別障害者手当制度について

県では、精神または身体の重度障害のため、常時特別の介護を必要とするなど特別の負担を軽減する一助として、在宅の重度障害児（者）に対して、障害児福祉手当（特別障害者手当）を支給しています。

支給対象者	障害児福祉手当	精神又は身体に重度の障害があるため、日常生活において常時の介護を必要とする 20歳未満の在宅の 障害児で、福祉保健所長の認定を受けた方。 なお、以下の場合は対象となりません。 (1) 施設に入所（通所を除く）している場合。 (2) 政令で定める公的年金を受給している場合。
	特別障害者手当	精神又は身体に著しい重度の障害があるため、日常生活において常時特別の介護を必要とする 20歳以上の在宅の 障害者で、福祉保健所長の認定を受けた方。 なお、以下の場合は対象となりません。 (1) 施設に入所（通所を除く）している場合。 (2) 病院又は診療所に3ヶ月以上入院している場合。
支給制限	手当を請求する方の前年の所得が一定金額以上ある場合、又は同居している配偶者及び扶養義務者の前年の所得が一定金額以上ある場合には、手当の支給が制限されます。	
手当額	障害児福祉手当	月額 14,600円 (平成28年度)
	特別障害者手当	月額 26,830円 (平成28年度)
支給	毎年2月、5月、8月、11月の4回に分けて、その前月までの3ヶ月分を届け出た金融機関の口座に振り込みます。	
申請手続	認定請求書、所得状況届、所得証明書、戸籍謄本（抄本）、住民票謄本、認定診断書などの必要書類を添えて、介護支援課 障害支援係の窓口へ提出してください。 なお、認定請求書などは町役場に備えておりますのでお問合わせください。	

※手当の額については消費者物価指数の動向により、変更される場合があります。

【お問い合わせ】 福祉部介護支援課 障害支援係 ☎945-5013
沖縄県南部福祉事務所 地域福祉班 ☎889-6364

社会保険料を口座振替で納付された方へ

社会保険料（国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料）は、確定申告の際に控除の対象となります。昨年1月1日から12月31日の間で1回でも口座振替で納付された方を対象に、1月中旬に「納付証明書」を送付しますので、2月からの確定申告の添付資料として活用してください。

※納付書払の方は「領収証書」、年金天引の方は年金保険者から送付される「源泉徴収票」が添付資料となります（紛失された方は、下記窓口で「納付証明書」交付申請を受け付けています）

【窓口での交付申請における注意点】

- ① 交付手数料として、1枚につき300円を要します。
- ② 窓口に来庁される方は、印鑑と身分証明書（免許証等）を持参してください。
- ③ 別世帯の方が代理で交付申請する場合は、本人の委任状が必要となります。



【お問い合わせ】
福祉部健康推進課 国民健康保険係・後期高齢者医療保険係 ☎911-9163
福祉部介護支援課 介護支援係 ☎945-5013