

国保

国民健康保険税（国保税）

第1期・第2期は 仮算定です

国保税は、年8回に分けて納めていただきますが、4月時点では前年中の所得金額などが確定していないため、国保税を算定することができません。

国保税が確定する第3期までは、暫定的に平成19年度の年税額（年度途中から加入した世帯は、1年間に換算した額）の8分の1相当額（1期あたり）を税額とします。

これを仮算定といい、納税通知書は、4月中旬にお届けする予定です。

平成20年度の国保税が平成19年度の年税額の2分の1に相当する額に満たないと思われる場合は、税額の修正を申し出る事ができます。

なお、65歳以上75歳未満の国保の被保険者のみで構成された世帯であって、国保税の納税義務者である世帯主が一定額以上の年金等の受給者である場合は、

10月から特別徴収（年金から天引き）を行います。該当する方は、仮算定額を第1・2期に普通徴収により納めていただきます。詳細については、問い合わせてください。



一部負担金の 減免・徴収猶予

災害や、事業の休廃止などにより生活が困難になったとき、国民健康保険では、病院などの窓口での自己負担額（一部負担金）が、減免などされる制度があります。

対象となる方は、次のとおりです。

対象となる方 一部負担金の支払い義務を負う世帯主または世帯に属する方が、次のいずれかに該当したことにより、資産および能力の活用を図つたにもかかわらず、生活が困難になった場合において、申請により必要があると認められるときは、一部負担金の減

額、免除、徴収猶予を行います。

①震災、風水害、火災その他これに類する災害により死亡したとき、心身障害者となりまたは資産に重大な損害を受けたとき。

②干ばつ、冷害などによる農作物の不作などの理由により収入が著しく減少したとき。

③事業または業務の休廃止、失業により収入が著しく減少したとき。

※次の方は、一部負担金の減免徴収猶予の対象とはなりません。

①国民健康保険の被保険者の資格を得てから6か月を経過しない方

②特別な事情がないのに、国民健康保険税を滞納している方

※生活が困難になった方は、市民窓口グループへお気軽にご相談してください。

国保加入者の皆さんへ

すいすい健康教室

受講生募集

市国民健康保険では、市民の皆さんに、これからの生活をいきいきと健やかに過ごす知恵を身につけていただけるよう、健康教室を開催します。

この教室では、プールでの全身を使った予防運動や運動室での健康予防体操などを取り入れた教室です。

対象者 市内在住の方（国保加入者を優先します）

募集期間 4月7日（月）～4月16日（水）

募集人数 30人（先着順）

開講日 5月8日から毎週木曜日の連続8回
（5月29日はありません）

ところ コパンスポーツクラブ 高浜（図書館西100m）

受講料 1,000円

※納付方法は、別途開講案内で通知します。受講料納入後の、キャンセルは返金できません。

※プールで使用する水泳帽子・水着・タオルは各自で用意してください。

申込方法 直接、市民窓口グループへ来庁するか、電話で申し込んでください。

申込・問合せ先 市民窓口グループ

☎52-1111（内線219・262）



第1期すいすい健康教室 日程

開講日	内 容
5月 8日	すいすい健康体操 (ストレッチと基礎運動)
15日	すいすい健康水泳 (プール) (泳がない水中トレーニング)
22日	腰痛予防水中運動 (プール) (腰周り中心水中運動)
6月 5日	肩こり解消体操 (上半身中心ストレッチと筋力トレーニング)
12日	膝痛予防のための水中運動 (プール) (下半身中心水中運動：アクアウォーキング)
19日	青竹健康体操 (ストレッチ体操および青竹踏み)
26日	肥満解消水中運動 (プール) (やさしいアクアビクス)
7月 1日	レクリエーション&リラクゼーション