

おもちゃ作りの会を開催します

今年のクリスマスプレゼントは、ママの手作りおもちゃにしてみませんか。

「さいころ積み木」や「がらがら」などを作ります。当日は、託児サービスもありますので、気軽にご参加ください。

○日時 12月14日(木)
午前10時～正午

○場所 保健センター

○対象 妊婦さんや子育て中の人

○参加申込・問合せ先

保健センター

☎ 0956-72-4747

インフルエンザに注意しましょう

通常の「かぜ」は、のどや鼻に症状が現れるのに対し、インフルエンザは39～40度の高熱がでるのが特徴です。さらに、倦怠感、筋肉痛、関節痛などの全身症状も強く、これらの激しい症状は通常5日間ほど続きます。体力のない高齢者や乳幼児は、特に注意が必要です。○かぜやインフルエンザの予防として次のことに気をつけましょう。

- ・栄養と休養を十分とりましょう。
体力をつけ、抵抗力を高めることで感染しにくくなります。
- ・流行の時期にはなるべく人ごみを避けましょう。
- ・外出後は必ず手洗いとうがいをしましょう。
- ・かぜやインフルエンザにかかっている人はマスクを着用しましょう。
咳やくしゃみから他の人に感染するのを防ぐ効果があります。
- ・適度な温度と湿度を保ちましょう。
インフルエンザウイルスは温度や湿度が低い環境を好みます。室内が乾燥しないよう適度な湿度(50%程度)を保ちましょう。
- ・流行前にインフルエンザの予防接種を受けておくことも大切です。
- ・「かぜかな？」と思ったら早めに医療機関で受診しましょう。

ご存知ですか？介護保険

◆介護保険料を滞納すると…

第1号被保険者(65歳以上の人)が介護保険料を一定期間滞納すると、その期間に応じて以下のような保険給付の制限を行うことになります(第2号被保険者についても別途給付制限を行います)。

次のケースで給付制限を受けた場合の例を、滞納期間ごとに説明します。

・介護サービス費	20万円
・延滞額の合計	8万円
・高額介護サービス負担限度額	1万5千円
(世帯非課税の老齢福祉年金受給者)	

① 1年間以上滞納すると⇒保険給付の償還払い化
介護保険サービスの提供を受けた場合、通常は事業者へ1割(2万円)を支払うだけですが、1年以上滞納すると費用の全額(20万円)をいったん事業者へ支払った後、市の窓口で保険給付分に当たる9割(18万円)の請求を行うことになります。

② 1年6か月以上滞納すると⇒保険給付の支払の一時差止め

①の払い戻し額から、一時差止め分(滞納額の

1.5倍＝12万円)を除いた分(18万円－12万円＝6万円)のみ支給されます。

差止め後も滞納分の納付が見込めない場合、差止め分を滞納分に充てて、その残額(12万円－8万円＝4万円)を返すことになります。

③ 2年間以上滞納すると⇒保険給付の引下げ、高額介護サービス費の不支給

事業者への支払が、1割(2万円)から3割(6万円)に変更になります。

さらに、通常であれば、高額介護サービス費の支給制度により、その限度額と支払額との差額(2万円－1万5千円＝5千円)の払い戻しがありますが、この処分を受けると支給されなくなります。

このように、介護保険料を滞納する期間が長くなるにつれて、皆さんにはその滞納分以上の負担が生じます。納期ごとにきちんと納付を行うことは、このような余分な出費をなくすことにもつながりますので、介護保険料は忘れずに納めましょう。

