

国 保 通 信

国民健康保険条例を 改正しました

□国民健康保険税の賦課限度額を
引き上げます

地方税法施行令の改正にともない
保険税の賦課限度額が平成23年度分
から次のように変わります。

保険税の賦課限度（課税の上限）額

保険税の内訳	改正前	平成23年度 から
医 療 分	50万円	51万円
後 期 高 齢 者 支 援 分	13万円	14万円
介 護 分 (40～64歳)	10万円	12万円
合 計 額	73万円	77万円

*平成23年度の国民健康保険税の納
付通知書は、6月中旬に各世帯に
郵送します。



■問い合わせ

市民生活課 保険年金係

☎ 75-2159

□平成23年度も引き続き、

勤め先の都合で失業した方の

保険税を軽減しています

保険税の計算は、前年の所得に応
じて算定しますが、勤め先の都合で
失業した方の保険税は、前年の給与
所得を100分の30とみなして算定
します。

■対象者

65歳以下の方で、

①雇用保険の特定受給資格者

(倒産、解雇等の事業主の都合
により離職した方)

②雇用保険の受給資格を持つ

特定理由離職者

(雇用期間満了等により離職し
た方)

■軽減期間

離職日の翌日の属する月から
その翌年度末まで

※平成22年度中に離職した方は、
平成23年度まで軽減されます。

■申請方法

雇用保険受給資格者証と印鑑を
持って、市民生活課保険年金係の
窓口で申請してください。

「元気で長生き」の秘訣のために。
健康を維持するため、
生活習慣の改善に
とりくみませんか？



健診のアフターケア 賢く利用しましょう

特定健診の結果によって、市では
保健師・管理栄養士・看護師が、対
象となった人と一緒に特定保健指導
を行っています。

この特定保健指導は、ご自分の健
診結果から生活を見直し、10年後も
元気で過ごせるよう生活習慣の改善
に取り組んでもらうことを目的とし
ています。

今月号の特集「健康戦略シンポジ
ウム」では、体験者の2人に自分の
取り組みを話していただきました。

■問い合わせ

健康増進課 健康増進係

☎ 75-3355

自分の健康を守るのは自分しかい
ません。自分の健診結果を確認して、
継続できる生活改善の内容を見出
し、始めてもらっています。

ただ現状では、健診受診者のうち
該当者の半数しか取り組んでいただ
けていません。「まだまだ、自分の
健康に自信があるから」、「忙しか
ら」「なんともないから」などが理
由で実施できていないのが現実です。

一人ひとりにあったサポートがで
きるようスタッフもアドバイスさせ
ていただいています。無理なく、が
んばりすぎず、できることを心がけ
てサポートします。

これから、このページで、体験さ
れた人とその内容をご紹介します。

より身近に感じていただき、実際
の取り組みの内容を参考にして健康
増進に活用してください。

住民さんの
声
vol.30

平成22年度
特定保健指導を受けられた
中村 弘さん (北多久町)

質問 生活習慣の改善を自
指して取り組み、
変わったことは？



体重：2.1kg 減
腹囲：7.7cm 減

毎日体重計にのって体
重が増えたら夕食を軽め
にするなど意識するよう
になりました。

ラージボール卓球の回
数を増やしたり、卓球が
ない日は散歩を40分して
います。