

抱えていませんか？ 介護の悩み
家族介護教室・家族介護者交流事業

日頃の介護で悩みや困りごとはありませんか。介護の方法や健康づくりなどの知識を深める介護教室を行っています。介護者相互の交流を行い、心身の回復を支援します。

- ▼対象者 高齢者を介護している家族や、近隣の援助者など
 - ▼内容 介護や認知症の勉強会、調理実習など
 - ▽家族介護教室 介護施設の見学や日帰り旅行など
 - ▽参加費 材料費、食費等の実費が必要
 - ▼申込み先 下表のとおり開催日程や内容は「申込み先」に問い合わせてください
- 《問合せ》 高年介護課
 ☎29-0055



▲交流事業で認知症予防体操

地域	申込み先	電話番号
豊岡	特別養護老人ホームここのか	☎21-9057
城崎	豊岡市社会福祉協議会城崎支所	☎32-4503
竹野	豊岡市社会福祉協議会竹野支所	☎47-1423
出石	豊岡市社会福祉協議会出石支所	☎52-3024
但東	豊岡市社会福祉協議会但東支所	☎54-0181

※日高地域の方は近くの地域に参加してください

認知症で気になることがあれば
「認知症相談センター」に相談してください

認知症相談センターは、地域の認知症の相談窓口です。本市では地域包括支援センターがその役割を担っています。認知症(若年性認知症を含む)の相談を受けて、今後の生活を一緒に考え、支援していきます。また、家族や身近な方に認知症を理解してもらい、自分の能力を生かす方法を見つけ出すなど、自分らしく暮らせる工夫を一緒に考えます。本人でなくても、家族や近所の方も相談できます。

気になることはありませんか？

- ▼財布や鍵など、物を置いた場所が分からなくなる
- ▼5分前に聞いた話を思い出せないことがある
- ▼今日が何月何日か分からない時がある など

早く気づき、受診や相談することが大切

65歳以上の5人に1人が認知症になると言われており、誰でも認知症になる可能性があります。あります。

気になることがあれば、まず、かかりつけ医や認知症相談センターなどに相談してください。早期発見・早期治療をすることで改善可能な場合があります。

「認知症カフェ」に参加しませんか？

「認知症カフェ」は、認知症の人やその家族、医療や介護の専門職など、誰もが気軽に参加でき、安心して過ごせる「地域の居場所」です。お茶を飲みながら情報交換など、さまざまな活動をしています。
 ※詳しくはホームページをご覧ください。

日常生活に支障を来すほどではないが、軽い記憶障害などが認められる軽度認知障害(MCI)は、この段階で受診することが大切です。適切に対応することで、認知症への移行を予防または先送りできると言われていきます。受診の方法やサービスの利用について分からないことがあれば、認知症相談センターに相談してください。金銭管理などの権利擁護についても相談に応じています。

地域	所在地	電話番号
豊岡	立野町12-12	☎24-2409
城崎・港	城崎町湯島625-9	☎32-4599
竹野	竹野町須谷1478	☎47-1425
日高	日高町祢布891-2	☎42-0158
出石	出石町福住1302	☎52-7015
但東	但東町出合433-1	☎54-0515

《問合せ》 高年介護課 ☎29-0055

後期高齢者医療制度のお知らせ

令和6・7年度の保険料率が決まりました



2年ごとに見直される後期高齢者医療制度の保険料率(均等割額と所得割率、賦課限度額)が決まりました。

《問合せ》 国保・年金課 ☎21-9061 または 各振興局市民福祉課

もしくは 兵庫県後期高齢者医療広域連合 ☎078-326-2021

令和6年度から後期高齢者医療制度の一部が改正されます

「全世代対応型の持続可能な社会保障制度を構築するための健康保険法等の一部を改正する法律」の施行により、後期高齢者医療制度が出産育児一時金に係る費用の一部を支援することと、後期高齢者負担率の引き上げの見直しが行われることになりました。

令和6・7年度保険料率

令和4・5年度	令和6・7年度
均等割額：50,147円	均等割額：52,791円
所得割率：10.28%	所得割率：11.24%
賦課限度額：66万円	賦課限度額：80万円

保険料の計算方法

$$\begin{array}{|c|} \hline \text{均等割額} \\ \hline 52,791\text{円} \\ \hline \end{array} + \begin{array}{|c|} \hline \text{所得割額} \\ \hline \end{array} = \begin{array}{|c|} \hline \text{年間の} \\ \text{保険料額} \\ \hline \text{(上限80万円)} \\ \hline \end{array}$$

所得割計算：(総所得金額など-43万円)×所得割率11.24%

※総所得金額などとは収入額から控除額(公的年金など控除額、給与所得控除額、必要経費)を引いた金額です。ただし、所得控除額(社会保険料控除額、扶養控除額など)は含みません。

保険料率の激変緩和措置について(令和6年度のみ適用)

制度改正による急激な増額を緩和するため、次の①または②に該当する方は令和6年度に限り記載の料率を適用します。

- ①総所得金額などから基礎控除額43万円を差し引いた額が58万円(年金収入211万円相当)以下の方…所得割率10.32%
- ②昭和24年3月31日までに生まれた方および令和7年3月31日までに障害認定により資格を取得された方…賦課限度額73万円

所得の低い方の軽減(令和6年度)

世帯(世帯主と世帯内の被保険者)の令和5年中の総所得金額等が一定の金額以下の方は、均等割額が軽減されます。

総所得金額等(被保険者+世帯主)が次の基準額以下の世帯	軽減割合	軽減後均等割額(年額)
基礎控除額43万円+10万円×(年金・給与所得者数-1)	7割	15,837円
基礎控除額43万円+29.5万円×被保険者数+10万円×(年金・給与所得者数-1)	5割	26,395円
基礎控除額43万円+54.5万円×被保険者数+10万円×(年金・給与所得者数-1)	2割	42,232円

※65歳以上の公的年金受給者は、総所得金額等から年金所得の範囲内で最大15万円を控除し、軽減判定します。

被扶養者であった方の軽減

制度に加入する前日に、会社の健康保険などの被用者保険の被扶養者であった方は、所得割額がかからず、後期高齢者医療制度の被保険者となってから2年間は均等割額が5割軽減され、年額26,395円となります。なお、

国民健康保険・国民健康保険組合に加入していた方は対象となりません。

※被扶養者であった方でも、世帯の所得が低い方の軽減を受けることができます。ただし、両方受けることができる場合は、軽減割合の高い方が適用されます。