

令和4年度 65歳以上の介護保険料についてお知らせします

65歳以上の人の介護保険料は、3年ごとに策定する「川根本町介護保険事業計画」に定められています。令和3年度から5年度においては、前回の事業計画の保険料から据え置きとなっており、保険料率等については以下の表のとおりです。

令和3年度から令和5年度の介護保険料 **基準額 月額5,600円（年額67,200円）**

所得段階	対象者	割合	年額保険料
第1段階	世帯全員が住民税非課税で、前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の人	基準額×0.30	20,100円
第2段階	世帯全員が住民税非課税で、前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円を超え120万円以下の人	基準額×0.50	33,600円
第3段階	世帯全員が住民税非課税で、前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が120万円を超える人	基準額×0.70	47,000円
第4段階	本人が住民税非課税で世帯に住民税課税者がいる人で、前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の人	基準額×0.90	60,400円
第5段階	本人が住民税非課税で世帯に住民税課税者がいる人で、第4段階以外の人	基準額	67,200円
第6段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が120万円未満の人	基準額×1.20	80,600円
第7段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が120万円以上210万円未満の人	基準額×1.30	87,300円
第8段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が210万円以上320万円未満の人	基準額×1.50	100,800円
第9段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が320万円以上の人	基準額×1.70	114,200円

※第1段階から第3段階は、公費による軽減強化が行われております。

【問】川根本町役場 高齢者福祉課 長寿介護室 ☎56-2234
総合支所管理局 窓口業務室 ☎58-7070

～暑い夏を乗り越えましょう～ 熱中症に負けない

熱中症は、暑い中での運動や長時間労働が原因で多く発生しています。最近では散歩中や屋内でくつろいでいるときなど、日常生活でも熱中症になることがあります。

こまめな水分補給や体力作りなど、自分でできる予防・対処方法を身につけ、元気に暑い夏を乗り越えましょう。

人と距離取って、適宜マスクを外す
気温・湿度が高い時のマスク着用は要注意!

マスク着用時は…

- 強い負荷のかかる作業や運動は控えましょう。
- 周囲の人との距離を十分にとり(2m以上)、マスクを外して休憩しましょう。



こまめな水分補給
水分と塩分はバランス良く取りましょう。

- 1日あたり1.2ℓを目安に
- たくさん汗をかいたときは塩分補給も忘れずに。
- のどが渇く前に水分補給を
- スポーツドリンクや経口保水液を準備しましょう。



換気しつつ、エアコンを使用
我慢しないでエアコンで快適に!

- エアコンを利用して、部屋の温度を28度以下に。
- 涼しい服装にしましょう。暑い日は無理をしない。
- 感染症予防のために、換気をこまめにしましょう。



日頃から体調管理を徹底
暑さに備えた体づくりも大事です。

- 日頃から体温測定と健康チェックを怠らぬ。
- 体調が悪く感じた日は、無理せず静養しましょう。
- 暑くなりはじめの時期に、適度な運動で暑さに慣れる。



熱中症になるリスクが高い子どもや高齢者は特に注意が必要!

子どもを守るためには…

子どもは、自分で予防できません
大人がしっかり見守りましょう

- 外出時の照り返しに注意!
子どもは、大人よりも身長が低い
ため、地面からの影響を受けやすいので注意が必要。
- 車内に子どもを置き去りにしない!



高齢者の方はさらに…

室内の熱中症に注意しましょう!

- 暑さを自覚しにくくなっています。
部屋の温度はこまめにチェック
しましょう。
- 入浴前にも水分補給を。
- お休み前に枕元に飲み水を
用意しましょう。



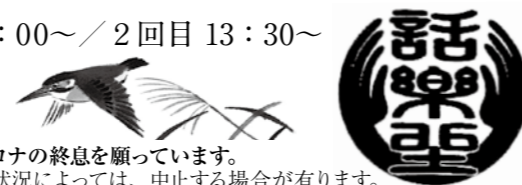
【問】健康福祉課 健康づくり室 ☎(56)2224

毎月1回地元で古くから伝わる民話を「語り」紹介します。是非聞きにきてください。

- 開催日時 令和4年8月21日(第四日曜日) 1回目 11:00~ / 2回目 13:30~
- 開催場所 フォーレなかかわね茶茗館
- 語り手 藪田はる・澤井初美・藪田光枝

(語り手は都合により変更する場合があります。) ☆コロナの終息を願っています。
感染状況によっては、中止する場合があります。
ご迷惑をお掛け致しますが宜しくお願い致します。

中川根語り部の会「話楽座」(事務局/藪田はる ☎(56)0374)



◆8~9月迄お買得情報◆ マキタ充電式園芸機械用予備バッテリー-特価セール!!

☆マキタ園芸機械セット品お買上で、予備バッテリーが超~お買得!!

40V BL4025(定価25,520円) max BL4040(定価29,920円) が、7,700円 | 18V BL1860B(定価25,520円) が、7,700円

40Vmax・18Vともに、
本体装着分OK!

農機具の購入・修理・改造など、お気軽にご相談下さい。
地域のお店だからこそ、丁寧に・迅速に対応致します。

前田機材

川根本町上長尾795-1
Tel・Fax 56-0006

