

65歳以上の
みなさんへ

介護保険料のお知らせ

1 平成19年度介護保険料の通知

介護保険料は所得段階別（6段階）の定額となっており、平均年額は69,240円です。

本人の所得と世帯の市民税課税状況により決定し、7月初めに次の①か②のいずれかで通知します。

- ①年金天引きのかたには「介護保険料額決定及び特別徴収開始通知書」というハガキ
- ②年金天引きのできないかたには「介護保険料納入通知書（兼額変更通知書）」という冊子が入った封筒

※年度途中から徴収方法が切り替わるかたには、①のハガキと②の封筒の両方を送付します。

2 平成18年の保険料見直しにより平均年額を値上げした理由

- ①介護保険料は介護サービスの利用が多くなるほど高くなる計算方式となっており、高齢者人口の増加に伴い、サービスの利用も増加が見込まれます。
- ②保険料が不足して、平成17年度までに借り入れた3億6,500万円の返済分として、年額8,808円が保険料に含まれています。

3 平成17年度保険給付額のおしりとの比較

介護保険証を使ったサービス利用料の9割は、介護保険が負担（保険給付など）します。保険給付の年額を65歳以上1人当たりになると、県内10市の平均262,061円に対し、十和田市は、306,745円と1番高くなっています。

理由として、介護サービスの利用者数が多いことがあげられます。

4 介護保険料を低く抑えるために

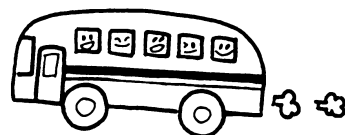
- ①介護サービスを利用しているかたは、適切な利用をしましょう。
特に介護状態の軽いかたは、自分一人でもできるような介護サービスの利用を続けると、介護状態の悪化につながります。
- ②介護サービスを利用していないかたは、筋力アップを目的とした運動を毎日行うことが大切です。身体を動かさないでいると筋力が弱まり、活動意欲が薄れ、衰えが進みます。

問い合わせ先 介護保険課（☎☎5111内線254・294）

湯っこで生き生き交流事業 みるみる元気になるよ!!

- 対象 市内の介護サービスを利用していない65歳以上のかたで、身の回りのことを自分でできるかた
- 内容 地域ごとに無料バスで温泉施設へ送迎し、入浴・健康体操・レクリエーションで元気づくりを支援します。

【申し込み先】 介護保険課（☎☎5111内線253）



十和田湖高齢者福祉センター利用のお知らせ くつろぐよ!!

市内の満60歳以上のかたは、お風呂を無料で利用できます。センター内には、ゆっくりと休める大広間もあります。老人クラブなどの団体で利用する場合は、事前にお申し込みください。

- 利用日 月曜日から金曜日（土・日曜日、年末年始は除きます） 午前10時～午後3時30分
- 場所 十和田湖支所西側

【申し込み先】 十和田湖高齢者福祉センター（☎☎723072）