

保険課からのお知らせ

問 国民健康保険の加入者 保険課 問 後期高齢者医療制度の加入者 大阪府後期高齢者医療広域連合・給付課
 TEL 06-6992-1545 TEL 06-4790-2031 または保険課 TEL 06-6992-1545

高額療養費(外来年間合算)の支給申請書を送付

高額療養費(外来年間合算)は、70歳以上の人で、年間を通して高額な外来診療を受けている人の負担が増えないようにするため設けられた制度です。

令和2年7月31日時点で高額療養費の自己負担限度額の区分が一般または低所得者であり、対象期間中の外来診療の自己負担額の合計から高額療養費として支給された分を差し引いた額が144,000円を超える場合、超えた分を支給します。

支給対象となる人には、高額療養費(外来年間合算)支給申請書を送付します。

合算対象期間 令和元年8月1日～令和2年7月31日(1年間)

申請書の送付時期 2月上旬を予定

申請方法

▽国民健康保険の加入者

該当者には、保険課から支給申請書を送付しますので、保険課まで提出してください。

▽後期高齢者医療制度の加入者

過去に高額療養費の口座登録をされたことがない人に申請書を送付しています。同広域連合に返送するか保険課まで提出してください。

注令和元年8月1日から令和2年7月31日までの間に国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入した人や転入した人は、申請書の送付がなくても申請できる場合があります。詳しくは問い合わせください。

高額介護合算療養費の支給申請書を送付

高額介護合算療養費は、1年間の医療保険と介護保険の自己負担額を合算し、世帯において一定の自己負担限度額を超えた場合に、その超えた額を支給する制度です。

医療保険や介護保険では、支払った自己負担額について、高額療養費や高額介護サービス費により、月単位で上限額を設けていますが、この両方を負担する世帯の軽減を図るため、高額介護合算療養費を設けています。

高額介護合算療養費における世帯の自己負担限度額は下表のとおりです。支給対象となる世帯には、高額介護合算療養費支給申請書を送付します。

支給対象 世帯における自己負担額の合算額から、別表の自己負担限度額を差し引いたとき、500円以上となる場合に支給対象となります。ただし、医療保険と介護保険のどちらかの自己負担額が0円である場合は支給対象になりません。

合算対象期間 令和元年8月1日～令和2年7月31日(1年間)

合算対象自己負担額 保険医療機関などで支払った自己負担額の合計額が対象です。ただし、高額療養費に該当

し、支給を受けることができる場合は、高額療養費の支給額を差し引きます。

また、国民健康保険の加入者で70歳未満の人は、それぞれの医療機関において、月21,000円を超えた自己負担額のみが、合算の対象です。

申請書の送付時期 2月下旬～3月初旬を予定

申請方法

▽国民健康保険の加入者

該当者には、保険課から支給申請書を送付しますので、保険課まで提出してください。

▽後期高齢者医療制度の加入者

該当者には、大阪府後期高齢者医療広域連合から支給申請書を送付しますので、同広域連合に返送するか保険課まで提出してください。

注令和元年8月1日から令和2年7月31日までの間に国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入した人や転入した人は、申請書の送付がなくても申請できる場合があります。詳しくは問い合わせください。

所得区分 所得(注1)	国民健康保険+介護保険 (70歳未満の世帯)		所得区分	国民健康保険+介護保険 (70歳～74歳の世帯)		後期高齢者医療制度 +介護保険
901万円超	212万円		現役並み所得Ⅲ(注2)(課税所得690万円以上)	212万円		
600万円超901万円以下	141万円		現役並み所得Ⅱ(注2)(課税所得380万円以上)	141万円		
210万円超600万円以下	67万円		現役並み所得Ⅰ(注2)(課税所得145万円以上)	67万円		
210万円以下	60万円		一般所得	56万円		
市民税非課税世帯	34万円		低所得(市民税非課税世帯)	Ⅱ	31万円	
				Ⅰ(注3)	19万円	

注1 所得とは「基礎控除後の総所得金額等」のこと。
 注2 世帯における70歳以上75歳未満の国民健康保険加入者または後期高齢者医療制度加入者の中で、市民税課税所得額が基準額以上の人がいる世帯。
 注3 同一世帯の人全員の所得額が0円(ただし、公的年金等控除額は80万円として計算)、または市民税非課税世帯に属する老齢福祉年金を受給している70歳以上75歳未満の国民健康保険加入者、または後期高齢者医療制度加入者。

地域包括支援センター通信

レクリエーション特集

なかなか外での趣味の活動ができない状況です。
 そんな今だからこそ、おうちでできるレクリエーションを紹介します。

シナプソロジーをやってみよう!

「二つのことを同時に行う」など、慣れない動きで脳に適度な刺激を与え、脳活しましょう!
 「うまくいかない」ときほど脳は活性化しています。失敗を楽しみましょう!

7でストップ

基本動作

2回手拍子をして1回ももをたたく、2回手拍子をして1回ももをたたく。そして、1回手拍子をする。



手拍子2回→もも1回→手拍子2回→もも1回→手拍子1回

基本指示

指導者は開始の合図を出す。
 参加者は、1から7まで数字を数えながら、その動作を行う。



慣れてきたら、7から逆に数字を数えながら動作を行ったり、100から順に数字を数えながら動作を行ったりすると、難易度が上がります。

今回はおうちでできるレクリエーションを紹介しましたが、おうちで一人だと続かないという人へ!
 地域包括支援センターでは、体操教室・出前講座・認知症見守り教室などのたくさんのイベントを実施しています。
 興味のある人は市内の地域包括支援センターへ問い合わせください!



守口市地域包括支援センター

小学校区担当地区	相談先
よつば(旧大久保・旧東)・梶・藤田・八雲東(大日東町1番～10番)	守口第1地域包括支援センター TEL 06-6904-8900
庭窪・金田・佐太	守口第2地域包括支援センター TEL 06-4393-8401
八雲・下島	守口第3地域包括支援センター TEL 06-6908-2808
守口・八雲東(大日東町1番～10番を除く)・さつき(旧滝井)	守口第4地域包括支援センター TEL 06-4250-7878
さつき(旧春日)・さくら(旧三郷・旧橋波)	守口第5地域包括支援センター TEL 06-6992-1180
寺方南(旧寺方・旧南)・錦	守口第6地域包括支援センター TEL 06-6997-3336