

ご長寿に聞く長寿の秘訣

横浜市青葉区在住 佐久間スエさん（99歳）



月曜日から日曜日まで社交ダンス、カラオケ教室、グラウンドゴルフと予定がびっしり。「社交ダンスは80歳くらいから始めてもう20年になります。現在のカラオケレパートリーは100曲位。



4、5曲歌うほか新曲を教わっています」「年齢を重ねることを忘れる毎日です」とお元気です。

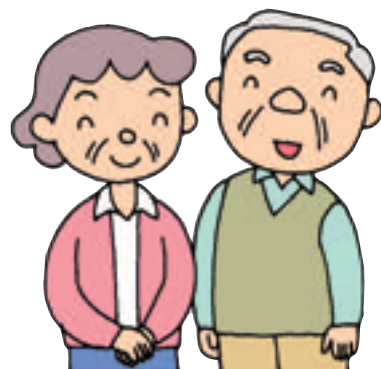
「家族も含め、人に迷惑をかけたくない」と「自分でできることは自分でやる（お弁当は自分で詰めて出かけます）」がモットー。

毎日出かけてお友達とコミュニケーションをとることが健康の秘訣のようです。

長寿豆知識

65歳以上の高齢者の方が1年間に10人のうち2人の割合で、転倒による骨折や寝たきりになっていることをご存知ですか？ 最悪の場合は、寝たきりになることで認知症になったり、飲み込みがうまくできないことから肺炎を起こして命を落としたりすることもあります。我が国の寝たきりの原因の第3位は転倒による骨折なのです。

でも、“お年寄りには家でじっとして、外は危ないから”と言うのは大きな間違い。実に転倒事故の半数が自宅の中で起こっています。家の中を確認してみてください。カーペットのめくれ、電気コード、整理整頓されていない部屋など危険はいっぱい。だから玄関の段差、階段には手すり、風呂場には滑り止めや手すりがあると安心です。そして普段から転びにくい履物で毎日歩く習慣をこころがけてみてください。



広報かながわ 広報広域連合

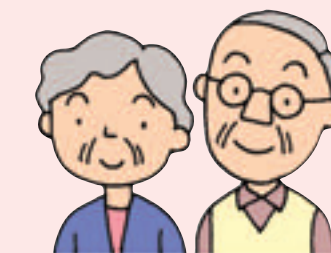
編集・発行
神奈川県後期高齢者医療広域連合事務局
〒221-0052 横浜市神奈川区栄町8-1
ヨコハマポートサイドビル9階
TEL.045(440)6700 FAX.045(441)1500
HP <http://www.union.kanagawa.lg.jp/>

長寿医療制度について、 様々な改善策を実施いたしました。

保険料の納め方

年金額が年額18万円以上の方は、次のいずれかの方法により、保険料をお支払いいただきます。

- ①原則年金からの天引き
- ②お申し出により、「年金からの天引き」から「口座振替」への変更が可能
※お住まいの市（区）町村窓口でのお手続きが必要です。
※世帯主、配偶者等の「口座」からのお支払いに変更した場合、払った方の社会保険料控除となり、世帯として所得税・住民税が減額となる場合があります。

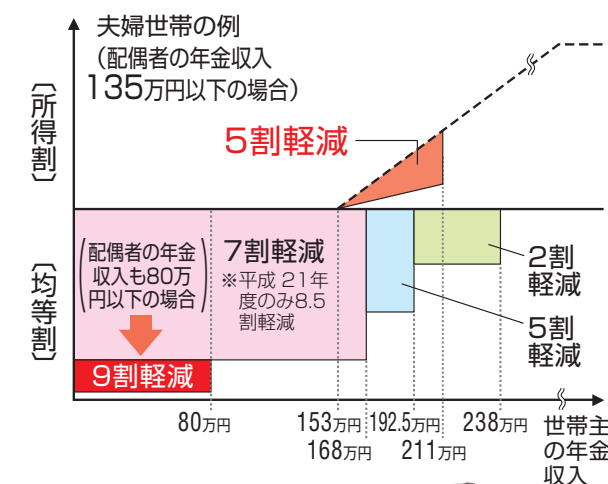


保険料軽減策

- 1 所得が少ない方は、次のとおり保険料が軽減されます。

均等割額	世帯の所得に応じ、9割、7割（平成21年度のみ8.5割）、5割、2割を軽減（平成21年度から、新たに9割軽減が設けられました。）
所得割額	所得割額を負担する方のうち、賦課のもととなる所得金額が58万円以下の方（年金収入で153万円から211万円まで）は、5割を軽減

年金収入でみた軽減イメージ



- 2 長寿医療制度に加入する前日に被用者保険の被扶養者であった方は、制度に加入された月から2年間は均等割額のみのお支払いとなり、さらに21年度は均等割額の9割が軽減されます。



平成21年広域連合議会第1回定例会



広域連合の議会から

平成21年3月27日（金）に平成21年広域連合議会第1回定例会が開催されました。今回の議会では次のことが審議され、承認、可決されました。

- ◆後期高齢者医療に関する条例の一部を改正する条例の制定
- ◆後期高齢者医療制度臨時特例基金条例の一部を改正する条例の制定
- ◆平成20年度一般会計補正予算、平成20年度特別会計補正予算
- ◆平成21年度一般会計予算、平成21年度特別会計予算、ほか



次のような議論が交わされました。



Q1 この1年の間に県民の声はどの程度寄せられ、また、どのような内容のものであったのか。

A1 制度開始当初は、制度のしくみや保険料に対するご意見など、1日500件から800件の問合せが寄せられました。最近では、保険料に関する意見や各種医療サービスに関する問い合わせが寄せられています。

Q2 口座振替への変更について、被保険者の方へどのような周知を行ったのか。

A2 平成20年7月に新聞の朝刊に全面広告を行ったほか、平成21年1月には、対象となる被保険者一人ひとりにダイレクトメール等でお知らせいたしました。

Q3 かかりつけ主治医制度*の利用率が低迷していることは、後期高齢者医療制度の「柱」が揺らぎかねない重要な問題であると考え、見解を伺いたい。

A3 国において、今後、十分に制度の周知を図っていただくよう要望するとともに、県や市町村と連携をとりつつ周知に努めてまいります。
*正式名称は「高齢者担当医制度」です。

Q4 神奈川県にどのような役割を期待し、どのような関わりを持っていくべきと考えるのか。

A4 都道府県の役割については、現在国で検討が行われているところですが、医療保険制度のより良い制度運営につなげるためにも、そのリーダーシップが十分発揮されることを期待しています。

Q5 滞納を理由に受診や健康診査が制限されることはないのか、また、平成21年度予算において、滞納者への給付等も担保されているのか。

A5 滞納を理由に給付や健康診査等が制限されることはありません。21年度予算においても、全ての被保険者が医療等を受けることができるための必要な見込み額を計上しています。

※次回の議会は平成21年8月の予定です。詳細はホームページ等でお知らせします。

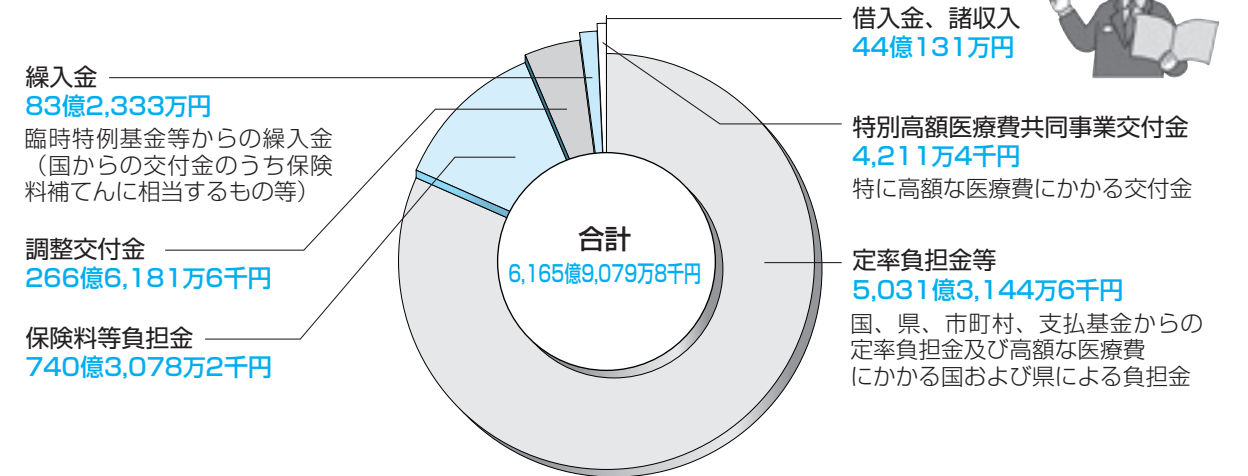
平成21年度予算について



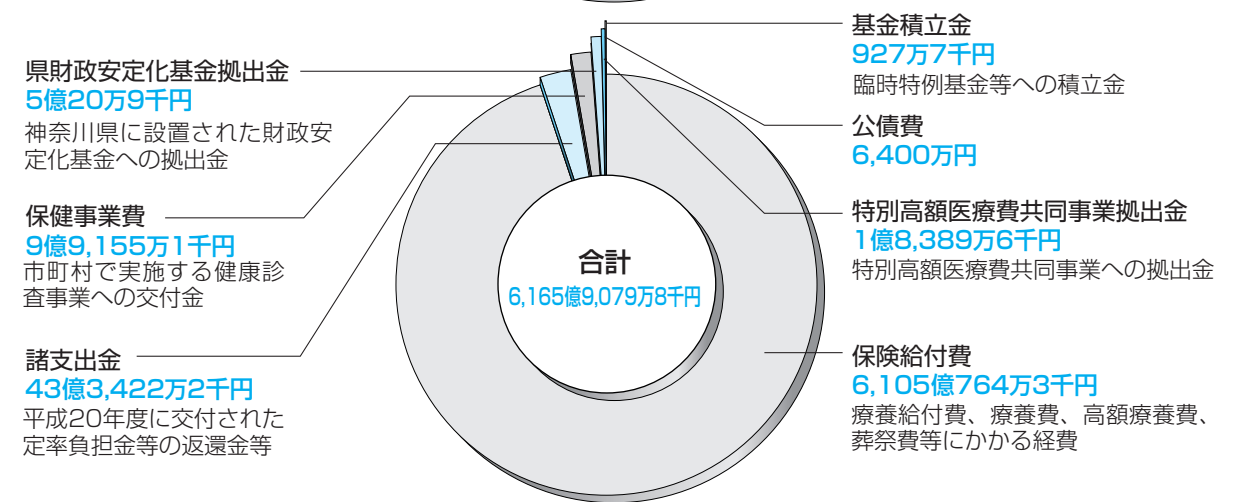
平成21年度 特別会計予算について



歳入



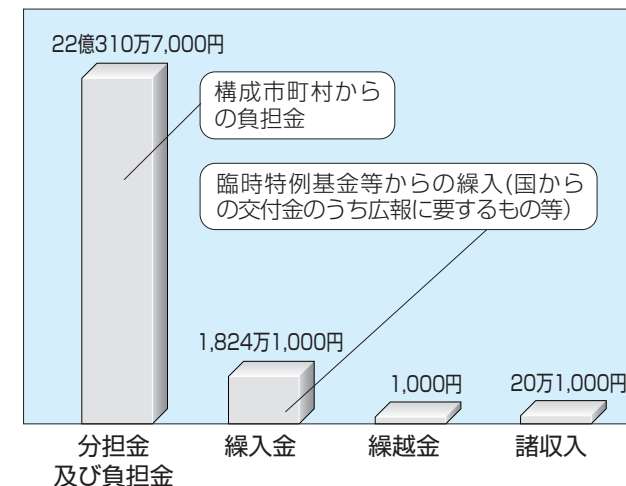
歳出



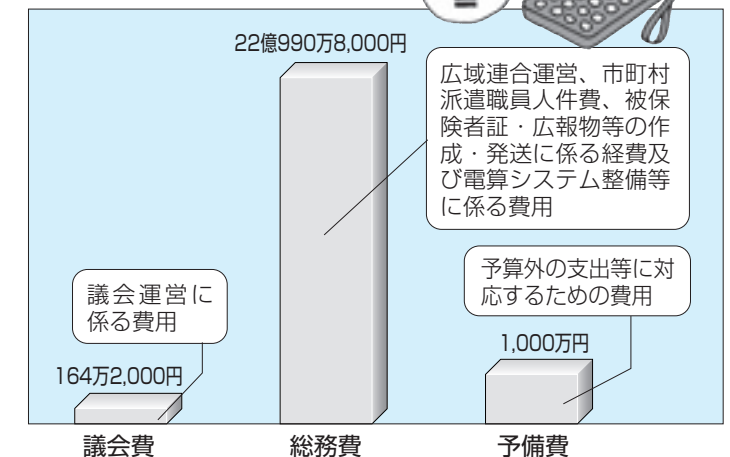
※特別会計は、長寿医療制度の運営に充てています。
※被保険者の方よりいただいております保険料については、すべて特別会計に計上し、給付費などに充てており、事務費等については一般会計で賄っております。

平成21年度 一般会計予算について

歳入



歳出



※一般会計は、主に広域連合の組織運営に充てています。