高齢者の在宅生活を支援します！

市では、高齢者が自立した生活を継続できるように、次のような福祉サービス事業を実施しています。より安心で安全な暮らしのために、これらの事業をご活用ください。

問　健康長寿課（すこやか内）☎87-0888

生活を援助

買い物や掃除、調理などを手助けします

対　象▼65歳以上の高齢者世帯で、要介護認定を受けた方がいない世帯
費　用▼1回（1時間）200円

玄関前の除雪を手助けします

対　象▼65歳以上の高齢者世帯で、要介護認定を受けた方がいる世帯
費　用▼1回（1時間）300円
※一冬期間6回以内

緊急時に備える

救急医療情報キットの配布

65歳以上の高齢者世帯（日中のみ高齢者世帯も含む）に、無料で救急キット（自宅での緊急時に、救急隊に医療情報などを知らせるためのもの）を配布します。

冷蔵庫内の分かりやすい場所に保管しましょう

緊急通報システムの設置

病弱なために緊急時の対応が困難な世帯に、緊急通報システム（シルバーコール）を設置します。

対　象▼65歳以上のひとり暮らし世帯などで、要援護者として市の名簿（福祉票）に登載されている方の世帯
費　用▼無料（ただし通話料は自己負担）
相談先▼地区の民生委員

緊急通報システム

屋根雪下ろしの助成

65歳以上の高齢者世帯などで、要援護者として市の名簿（福祉票）に登録されていて、かつ市民税非課税であるなど、市が定める対象要件に該当する方には、屋根雪下ろし費用の一部を助成します。なお、助成を受けるには事前登録が必要です。

助成金▼1回につき8000円
※一冬期間2回以内、地区によっては4回以内
相談先▼地区の民生委員

要支援・要介護認定者、障害者控除の認定

12月31日現在で介護保険の要支援2または要介護1～5の認定を受けている方は、障害者控除の対象となります。

なお、対象者には1月下旬に「障害者控除対象者認定書」を送付します。

障害者控除の区分▼
・要支援2、要介護1・2→障害者控除
・要介護3～5→特別障害者控除

配食サービスを通した見守り

調理などが困難な方に、健康などを考慮した食事を配達し、安否確認を行います。

対　象▼65歳以上の高齢者世帯で、要援護者として市の名簿（福祉票）に登載されている方
費　用▼1食210円
相談先▼地区の民生委員

ヒートショックに注意しましょう！

ヒートショックとは、急激な温度変化によって血圧が急変動し、心臓や血管に大きな負担がかかることを言い、失神や心筋梗塞、脳梗塞などを起こします。

冬期間は、浴室などでのヒートショックによる救急件数が多くなります。特に高齢者や高血圧、糖尿病、脂質異常症の人は注意が必要です。

ヒートショックに備えるには

・脱衣所やトイレを暖房機などで暖める
・シャワーでお湯をため、浴室全体を暖める
・食事の直後や飲酒時の入浴は控える
・入浴前に水分をとる
・入浴時は、足元からお湯を徐々にかけ体を慣らす
・「湯加減どう？」など時々声かけをする

問　消防署☎88-0400

国保

医療費分析

勝山市国保の一人当たり医療費 疾病別ランキング

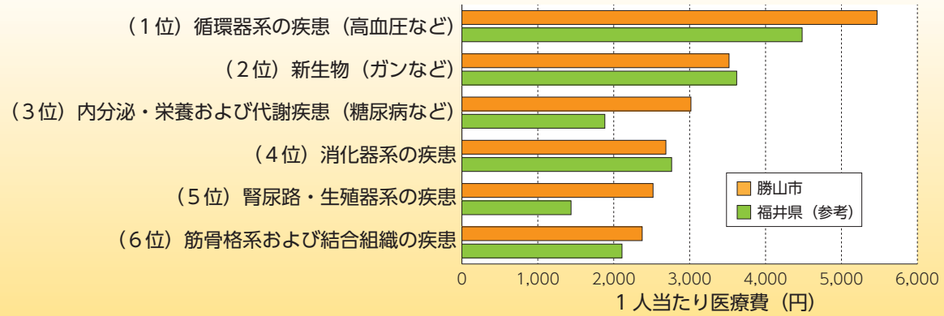
なんと!半分は生活習慣病!?

平成25年4月から平成26年3月診療分として病院や調剤薬局などに支払った、1年分の診療報酬明細書データをもとに分析し、厚生労働省が規定する疾病大分類別に一人当たり医療費の高い順に並べたのが以下のグラフです。

グラフから循環器系疾患（高血圧など）、内分泌・栄養および代謝疾患（糖尿病など）、腎尿路・生殖器系の疾患（糖尿病性腎症などの腎疾患など）と、およそ半分を生活習慣病関連の疾病が占めており、県平均を上回っています。

●健康診断の受診で早期発見・早期治療をしましょう！
●食生活や運動習慣の見直しで、すこやか生活を目指しましょう！

勝山市国民健康保険1人当たり医療費　疾病大分類別ランキンググラフ



問　市民課（市役所1階）（☎88－8102）

年金

20～59歳の方へ　国民年金加入の手続きをお忘れなく!

国内にお住まいの20歳以上60歳未満の方は、国民年金に加入することが義務付けられています。

●どんな時に国民年金に加入するの？
①20歳になったら（厚生・共済年金加入者を除く）
※国民年金加入手続きの通知は、誕生日月の前月に日本年金機構よりご本人様宛に届きます
②仕事をやめたとき
③配偶者の扶養から外れたとき

●国民年金（基礎年金）は暮らしを支えます！
老齢基礎年金は老後の生活を、**障害基礎年金**は病気やケガで障害を負った方の生活を、**遺族基礎年金**は加入者が亡くなったときに子のある妻または、子の生活をそれぞれ支えてくれます。

●平成27年度の国民年金保険料は月額15,590円です
保険料はまとめて先払い（前納）することで割引される制度や、納付が困難な方のために納付猶予・免除制度もありますので、ご相談ください。

60～64歳の方へ　任意加入制度をご存知ですか?

60歳を過ぎた方でも、国民年金に加入して、基礎年金額を増やすことができる場合があります。

●任意加入できる方
60歳到達時に下記条件を満たす方

保険料を納めた月数 ＋ 免除・猶予を受けた月数 ＜480月

（納付月数と免除・猶予月数の合計が480月より少ない）

なお、加入できる期間は、60歳の誕生日の前日から65歳の誕生日月の前月末までです。
例）昭和30年12月12日生まれの方
平成27年12月11日～平成32年11月30日
※納付方法は口座振替が原則となっております

年金の加入記録が確認できます！
これまでの年金加入記録などが確認できる「ねんきんネット」をご利用ください。

問　市民課（市役所1階）☎88－8102
福井年金事務所　☎0776－23－2316