

◆8月から使う新しい被保険者証を7月下旬にお送りします

後期高齢者医療制度に加入しているかたへ、8月1日(水)から有効となる被保険者証を7月下旬に簡易書留でお送りします(色は緑色)。自己負担割合額は平成29年中の所得で改めて判定しているため、今までと違う場合があります。



◆限度額適用・標準負担額減額認定証の更新はお早めに

医療機関の窓口で提示すると自己負担限度額までの支払いになる「限度額適用・標準負担額減額認定証」の有効期限は7月31日(火)です。

継続となるかたへ、認定証を被保険者証と一緒にとお送りします。新たな対象者には、7月上旬に申請書をお送りします。同封する封筒で返信してください。

* 8月から、自己負担の割合3割の現役並みの所得があるかたのうち、現役Ⅰ・Ⅱに該当するかたは「限度額適用認定証」の交付対象となります。

■自己負担限度額(1か月)〈今年8月～来年7月〉

自己負担割合	所得区分	外来+入院(世帯ごと)
3割	現役Ⅲ (課税所得 690万円以上)	252,600円+(医療費-842,000円)×1% …12か月で4回以上支給の場合は 4回目以降140,100円
	現役Ⅱ (課税所得 380万円以上)	167,400円+(医療費-558,000円)×1% …12か月で4回以上支給の場合は 4回目以降93,000円
	現役Ⅰ (課税所得 145万円以上)	80,100円+(医療費-267,000円)×1% …12か月で4回以上支給の場合は 4回目以降44,400円
1割	一般	57,600円 … 12か月で4回以上支給の場合は 4回目以降44,400円 ■外来(個人ごと)=18,000円 …年間上限144,000円
	区分Ⅱ	24,600円 ■外来(個人ごと)=8,000円
	区分Ⅰ	15,000円 ■外来(個人ごと)=8,000円



入院時の食事代は、右記の標準負担額が自己負担額となります。なお、区分Ⅰ・Ⅱのかたは、減額認定証の提示が必要です。

※1=指定難病患者や、平成28年4月1日現在、すでに1年を越えて精神病床に入院しているかたは260円

※2=90日を超えた場合、再度申請が必要です

■所得区分ごとの入院時の食事代(1食につき)

現役並みの所得があるかた	460円(※1)	
一般		
区分Ⅱ	90日までの入院	210円
	過去12か月で90日を超える入院(※2)	160円
区分Ⅰ	100円	

◆今年度の保険料額決定通知書と納入通知書を7月11日(水)にお送りします

後期高齢者医療制度に加入している75歳以上、または一定の障がいがある65歳以上のかたに、「保険料額決定通知書・納入通知書」を7月11日(水)にお送りします。金額は、平成29年中の所得などをもとに算定し、年額保険料は所得割額と均等割額の合算で、上限額が62万円(100円未満切り捨て)です。

所得割額=加入者の所得に応じた分
…計算式→(所得-33万円)×8.07%
均等割額=一律39,710円

平成30年度の保険料の軽減

所得の低いかたなどは、被保険者の総所得額などに応じて保険料を軽減しています。

①均等割額の軽減

世帯(被保険者および世帯主)の総所得額など	軽減割合	軽減後の均等割額
33万円以下で、被保険者それぞれの年金収入が80万円以下(年金以外の収入がある場合はその所得が0円)	9割	3,971円
33万円以下	8.5割	5,956円
33万円+(27.5万円×被保険者数)以下	5割	19,855円
33万円+(50万円×被保険者数)以下	2割	31,768円

②後期高齢者医療制度に加入する前日まで、健康保険の被扶養者であったかた(国保・国保組合の加入者は除く)の軽減▶所得割額0円、均等割額19,855円

チャレンジデー見事、勝利!



5月30日に行われた「はずむ! スポーツチャレンジデー」は、見事、鶴岡市に勝利しました! イベントへのご参加、ありがとうございました。スポーツ振興課 ☎(888)5611

参加率 秋田市 58.7%
鶴岡市 45.2%



はずむ! スポーツ教室

参加無料

会場は日程によって、CNAアリーナ★あきたまたは茨島体育館。いずれも申し込みは、NPO法人スポーツクラブあきたへ。☎(828)8676(平日)

- ★健康運動教室(高齢のかた向け)…簡単な筋トレやストレッチ
開催日(すべて月曜)▶7月9日、8月6日・13日・27日、9月3日・10日
時間▶10:00~11:15
- ★生き生き健康スポーツ教室(運動不足のかた向け)…ソフトエアロビ、ヨガ、ピラティスなど 開催日(すべて金曜)▶7月13日・20日、8月17日・31日、9月7日・14日・21日・28日 時間▶10:00~11:15
- ★親子なかよし体操教室
 - ①お子さんの対象が2・3歳 開催日(すべて水曜)▶7月11日、8月8日・15日・29日、9月5日・19日・26日 時間▶10:00~11:00
 - ②お子さんの対象が4・5歳 開催日(すべて水曜)▶7月11日・18日、8月15日・29日、9月12日・26日 時間▶15:00~16:00

ふれあい 掲示板
いいききサロン
ADL体操

対象は65歳以上のかた。参加無料。動きやすい服装で直接会場へどうぞ。

- ◆7月11日(水)10:00~12:00、八橋老人いこいの家で。☎(862)6025
- ◆7月18日(水)10:00~12:00、雄和ふれあいプラザで。☎(886)5071

健康 ライフ 太鼓判!

あなたの健康づくりをサポートする、ミニ情報をお届け!



おしえてドクター!

Q 子どもが卵料理を食べたら、全身にじんましんが…。

A 卵アレルギーの可能性ががあります。専門医の診察を受けましょう。

今回のお話は▶ 市立秋田総合病院
小児科 河村 正成 医師

■食物アレルギーの症状、特徴は?

おもな症状は、じんましんや皮膚のかゆみ・むくみ・赤み、口やのどの違和感・かゆみ・腫れ、目の充血、まぶたの腫れ、鼻水・鼻づまりなどです。

原因と思われる食物を摂取した数分後から2時間以内に出現することがほとんどです。このような症状が気になるときは受診をお勧めします。医師には、「いつ、なにを、どの程度食べて、どん

な症状が出たか」などを伝えましょう。例えば「30分前に、とろとろの親子丼を1/4程度食べて、全身にじんましんが出た」「今まで卵を使ったハンバーグは食べても何ともなかった」…。ここまで伝えられると理想的です。

■病院ではどんな検査をしますか?

血液検査や皮膚テストを行います。さらに食物経口負荷試験を行う場合があります。食物経口負荷試験とは、原因と思われる食物を少量ずつ、時間をおいて食べて症状が出るかどうかを調べる試験です。9歳未満であれば保険診療で受けられます。

現在、食物アレルギーの予防法は確立されていませんが、研究が行われています。離乳食を始める前のお子さんに湿疹がある場合、保湿剤や軟膏で皮膚の状態を良くすると食物アレルギーの予防効果があることが最近分かってきました。妊娠中や授乳中のお母さんが、予防のために原因となりそうな食物を食べないようにすることはお勧めしません。

*市立病院では食物経口負荷試験を行っています。ご希望のかたは、小児科アレルギー外来へご予約ください。☎(823)4171