

高

いつまでも
ハツラツとした
生活を送るために

介護予防 まるごと教室

自宅でも手軽にできる体操、楽しみながらできる脳トレ、栄養やお口の機能を維持するための講習など、介護予防について丸ごと学びます。いずれも申し込みが必要です。

※感染症対策のため、中止・変更する場合があります



対65歳以上のかた 定各10人(先着) 申問電話で、介護保険課介護予防係(☎5722-9608、FAX5722-9716)へ

会場(老人いこいの家)	日時 (①10:00~11:30②13:30~15:00)	会場(老人いこいの家)	日時 (①10:00~11:30②13:30~15:00)
駒場(駒場1-26-6)	5月~5年3月(8月を除く)の第2水曜日①(全10回)	中町(中町1-6-19)	5月~5年2月(8月を除く)の第2水曜日①(全9回)
菅刈(青葉台2-10-18)	5月~5年2月の第3水曜日①(全10回)	五本木(五本木2-11-29)	5~11月(8月を除く)の第1火曜日(5月は第3火曜日)①(全6回)
東山(東山2-24-30)	5月~5年3月(8月を除く)の第2火曜日②(全10回)	鷹番(鷹番3-17-20)	5~12月の第3金曜日②(全8回)
上二(上目黒2-10-4)	6~12月(8月を除く)の第1水曜日①(全6回)	向原(目黒本町5-22-11)	5月~5年1月の第4木曜日①(全9回)
烏森(上目黒3-44-2)	4/22(金)、5/30(月)、10/31(月)、5年3/31(金)①(全4回)	原町(原町2-2-14)	5月~5年2月(8月を除く)の第3火曜日②(全9回)
上目黒(上目黒4-18-15)	5~9月の第3火曜日、10月~5年2月の第3金曜日②(全10回)	大岡山東(碑文谷3-15-5)	7/29(金)、9/29(木)②(全2回)
三田分室(三田2-10-33)	5~10月の第1水曜日(5月は第2水曜日)②(全6回)	平町(平町2-4-10)	5月~5年2月(9月を除く)の第4火曜日②(全9回)
田道(目黒3-1-18)	5月~5年3月の第3火曜日(3月は第4火曜日)①(全11回)	中根(大岡山1-37-2)	5月~5年3月(1月を除く)の第1金曜日①(全10回)
下目黒(下目黒2-20-19)	5月~5年2月の第2月曜日(10月・1月は第3月曜日)①(全10回)	自由が丘(自由が丘1-23-26)	5月~5年3月(8・12月を除く)の第2水曜日①(全9回)
不動(下目黒6-8-23)	5月~5年1月(8月を除く)の第3火曜日②(全8回)	八雲(八雲1-10-5)	5月~5年3月の第3木曜日①(全11回)
		宮前分室(八雲3-22-15)	5月~5年2月の第3木曜日(2月は第2木曜日)①(全10回)
		東根(東が丘1-7-14)	5月~5年3月(8月を除く)の第2金曜日①(全10回)

後期高齢者医療制度の保険料率と 医療費の自己負担割合が 変更になります

国保年金課後期高齢者医療係(☎5722-9838、FAX5722-9339)

保険料率の変更

4・5年度の保険料は次のように計算されます(所得が低いかたなどは、均等割額・所得割額の軽減措置あり)。

	保険料(年額)		均等割額	+	所得割額
2・3年度	限度額64万円	=	44,100円	+	所得金額(*)×8.72%
4・5年度	限度額66万円	=	46,400円	+	所得金額(*)×9.49%

*前年の総所得金額、山林所得金額、株式・長期(短期)譲渡所得金額などの合計から地方税法に定める基礎控除額(合計所得金額が2,400万円以下の場合43万円)を控除した額(雑損失の繰越控除額は控除しない)

医療費の自己負担割合の変更

10/1から、一定以上所得(課税所得28万円以上)があるかたの窓口負担割合に2割の区分が追加されます(課税所得や収入合計を基に世帯単位で判定)。詳細は7月の被保険者証更新時に送付する案内をご覧ください。

9/30まで

区分	自己負担割合
現役並み所得者	3割
一般所得者ほか	1割

10/1から

区分	自己負担割合
現役並み所得者	3割
一定以上所得(課税所得が28万円以上)があるかた	2割
一般所得者ほか	1割

※現役並み所得者の条件は変更なし

年金からの引き落とし(特別徴収)のかた

保険料が年金から引き落とされるかたへ、後期高齢者医療保険料仮徴収通知書を送付しました。

※納付書・口座振替での納付(普通徴収)のかたの保険料は、7月中旬に通知します

高

シルバーパスの新規申し込みを受け付けます

東京バス協会(☎5308-6950)



東京バス協会は、70歳以上のかたを対象に、都内で運行しているバスや都営地下鉄などに何回でも乗ることができるシルバーパスを発行しています。



対都内に住民登録がある70歳以上で、新規で申し込みされるかた(寝たきりのかたを除く)

※現在お持ちのかたは、9月に更新手続きができます

有効期間 発行日から9/30まで

申70歳の誕生月の初日(誕生日が1日の場合は前月の初日)から申し込み可。費用と必要書類(右表参照)を持参のうえ、下記のほか都内バス営業所・都営地下鉄定期券発売所などのシルバーパス発行窓口へ

●東急バス目黒営業所(目黒本町1-15-24、9:00~17:00(無休))

●渋谷駅前都営バス定期券発売所(渋谷駅東口地下1階、月~金曜日9:00~20:00(祝・休日を除く))

対象区分	費用	必要書類
・4年度住民税が非課税のかた ・4年度住民税が課税され、3年の合計所得金額(*)が135万円以下のかた	1,000円	①と、②~④ いずれかの書類 ①住所・氏名・生年月日が確認できる書類(健康保険被保険者証、介護保険被保険者証、運転免許証、マイナンバーカードほか)
4年度住民税が課税され、3年の合計所得金額(*)が135万円以上のかた	10,255円 (3月中の申し込みは20,510円)	① ②生活保護受給証明書(生活扶助の記載があるもの) ③4年度介護保険料決定通知書(所得段階区分が1~7。仮徴収の書類は不可)(*) ④4年度住民税課税(非課税)証明書(*) *③④は、住民税などの賦課決定が行われるまでの期間は3年度の書類で代用可

※長期または短期譲渡所得に係る特別控除の適用がある場合は、合計所得金額から特別控除額を控除した額