

# 令和7年度 一般介護予防事業の利用者募集について

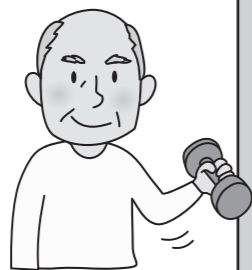
## ～高齢者筋力向上トレーニング～

筋トレマシーンを利用した運動を行うことで、足腰の筋力の増加・転倒防止を図ります。(町内3カ所で実施)

### 実施場所

- ・東風の里
- ・花庭
- ・ときわ苑笑い福倶楽部

定員まであと少し!



### 利用回数と期間

週2回(実施事業所によって曜日は変わります)  
3ヵ月間(10月～12月、1月～3月のいずれか)  
定員：東風の里………1グループ45人  
花庭………1グループ15人  
笑い福倶楽部…1グループ10人  
参加費：無料

## ～高齢者水泳教室～

### 実施場所

- ・AQUA Swim Academy 八重瀬

### 利用回数と期間

週2回(水曜日と金曜日)、  
3ヵ月間(10月～12月)  
定員：25名  
参加費：無料

締切は9月まで!



### 対象

- ・65歳以上で介護保険の認定を受けていない方
- ・医師による運動制限のない方
- ・今年度まだ高齢者筋力向上トレーニング事業も高齢者水泳教室も受けていない方

申込は社会福祉課窓口にて申請書の提出が必要です。  
《お問い合わせ | 社会福祉課 | ☎098-998-9598》

## 年金生活者支援給付金制度について

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入やその他の所得額が一定基準額以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

**受け取りには請求書の提出が必要です。**新たに年金生活者支援給付金の受給該当者には、日本年金機構から9月初旬頃に、請求可能な旨のお知らせを送付します。

同封のはがき(年金生活者支援給付金請求書)に必要事項を記入し、切手を貼って郵便ポストへご投函ください。令和8年1月5日までに請求手続きが完了しますと、令和7年10月分からさかのぼって受け取ることができます。

※現在、年金生活者支援給付金を受給されている方は、今回の申請手続きは必要ありません。

### ◆対象となる方

#### ■老齢基礎年金を受給している方

- 以下の要件をすべて満たしている必要があります
- ・65歳以上である
  - ・世帯員全員が市町村民税が非課税となっている
  - ・年金収入額とその他所得額の合計が約90万円以下である

#### ■障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方

- 以下の要件を満たしている必要があります
- ・前年の所得額が約479万円以下である

日本年金機構や厚生労働省を装った不審な電話や案内にご注意ください。



『給付金専用ダイヤル』  
☎0570-05-4092  
(ナビダイヤル)



年金生活者支援給付金

検索



## 国民健康保険 医療費一部負担金の減免・徴収猶予制度について

問 健康保険課 ☎098-998-2210

災害や失業などの「特別な事由」により収入が著しく減少するなど、一時的に生活が困難な状態である国保世帯において、医療機関等への一部負担金のお支払いにお困りの場合、申請により一部負担金の減額、免除または猶予を受けられることがあります。

### ○ 特別な事由とは

- ①震災、風水害、火災、その他の災害等により死亡し、若しくは障がい者となり、または資産に重大な損害を受けたとき
- ②干ばつ、冷害などによる農作物の不作、不漁等により収入が著しく減少したとき
- ③事業または業務の休業、失業等により収入が著しく減少したとき
- ④前述の①～③に類する事由があったとき

### ○ 減免または徴収猶予

#### 減免

収入額に応じ、5割、8割、10割の減免率で一部負担金の減額・免除をします。(同一の疾病または負傷につき申請月を含め3か月以内)

#### 徴収猶予

医療機関等での一部負担金の支払いが猶予されます。(猶予期間は6か月以内)

※制度利用を希望される方は、事前に健康保険課へお問い合わせください。



## 令和7年度 はり・きゅう・あん摩・マッサージ助成券の交付が始まります!

問 健康保険課 ☎098-998-2210

**八重瀬町国民健康保険・後期高齢者医療保険**加入者が本町指定の施術所ではり・きゅう・あん摩・マッサージ・指圧施術を受ける際に、1日1回につき1,000円を助成します。

### 対象者

- ①本町国民健康保険または後期高齢者医療保険に加入している方
- ②国民健康保険税の滞納がない方
- ③現在、保険適用の施術を受けていない方(はり・きゅう・あん摩・マッサージ・柔道整復・整形外科等の医療機関における治療)

### 交付期間

令和7年10月1日(水)～令和8年3月31日(火)  
※予定枚数に達し次第、終了となりますのでご了承ください。

### 交付枚数

- ・国民健康保険:年度内最大12枚(1回の申請につき4枚、最大3回)
  - ・後期高齢者医療保険:年度内最大8枚(1回の申請につき4枚、最大2回)
- ※2回目以降は、前回交付分を全て使用した後に申請してください。

### 申請に必要なもの

- 申請者の国民健康保険資格確認書等
  - または後期高齢者医療資格確認書
- 町指定の施術所は、町ホームページをご確認ください。

## 令和7年度 健康づくり事業 **スリム教室**

《申込み先・お問い合わせ》  
八重瀬町保健センター ☎098-998-1149

**対象** 八重瀬町に住所を有する20歳～65歳未満の方

- ・体重やお腹まわりが気になる方
- ・BMI30未満の方
- ・腹囲が男性85cm以上の方  
女性90cm以上の方

**日時** 10月17日(金)～12月19日(金)までの毎週金曜日  
11月28日はお休み  
14:00～15:00 (運動1時間)  
講話がある日のみ15:30まで

**募集人数** 20名(できるだけ全日程参加できる方)  
※応募人数が多い場合は抽選とします。

**申込み期限** 10月3日(金) 17:15まで

**事業担当課** 八重瀬町保健センター・社会教育課

男女問わず参加大歓迎!

参加費 無料

**場所** 八重瀬町保健センター  
11月14日は東風平運動公園  
トレーニング施設

**内容** 軽い筋トレ、有酸素運動、14日はトレーニング施設にて指導者による器具の使い方  
栄養士や保健師による食事や健康に関するミニ講話

毎回ではありませんが、運動終了後に30分程度講話を考えています。