



お気軽に! / がんばらないヨガ教室

参加無料

【中期】9月～12月(計8回)

各定員40名

初級コース

初めてのの方にオススメです

- ①月曜日クラス(14:00～15:00)・・・9/7開始
- ②月曜日クラス(15:15～16:15)・・・9/7開始

中級コース

普段から運動している方向けです

- ③火曜日クラス(10:00～11:00)・・・9/8開始

対象

- 医師に運動を禁止されておらず、町内在住(八重瀬町に住民票を有する)成人
- 全日程に参加できる方
- ※普段から血圧が高い方、動悸がある方は一度病院を受診してください。

会場

八重瀬町保健センター(字東風平1318番地3)

確認事項

- ・教室初日に日程表をお配りします。また、血圧及び脈拍を測定します。
- ※当日血圧が高めの方は問診の上でお断りさせていただく場合がございます。ご了承ください。
- ・健診や感染症の状況により日程を変更する場合があります。
- ・参加希望者が多くいますので、なるべく途中辞退がないようお願いします。
- ・妊婦の方、持病のある方等、こちらの判断で参加をご遠慮いただく場合があります。

応募方法

- ・上記①～③のクラスから、1つを選択し、応募ください。
- ・先着順ではありませんので、受付期間内に余裕を持ってご連絡ください。
- ・定員を超えた場合は抽選となります。抽選結果は8月中旬頃ハガキでお知らせします。

《募集期限:8月7日(金)17:15まで》

《お問い合わせ | 八重瀬町保健センター | ☎098-998-1149》

広告欄

毎日のお食事でお困りありませんか?

「お元気ですか?」の一言と
“5つの安心”をお届けします

おかゆ・キザミ
無料対応!

- ① 365日・1食から、昼・夕配達可能
- ② 栄養バランスと食べやすさに特化
- ③ やわらか食・透析食など豊富な種類
- ④ 安否確認実施
- ⑤ 初回は無料でお試しOK

宅配クック123
沖縄南部店

受付時間:9時～18時 ☎098-852-4810

ダイエット専門サロン リゾートサロン ノア

あなたのダイエットのお悩みは当サロンにお任せください!!
最新脂肪溶解機器『リゾートレボ』
40分寝ているだけで脂肪細胞を破壊。脂肪細胞自体を破壊するので、
リバウンドしにくい痩せ体質へ。

✓食事制限が難しい方 ✓運動が苦手な方 ✓健康診断の結果が気になる方
料金 40分:8,800円

住所:八重瀬町東風平282-2-1階(東風平中学校近く)
営業時間:10時～20時(最終受付:18時)
定休日:不定休
駐車場:有り(No.1、No.2)
ご予約方法:公式LINE、InstagramのDM
お好きな方法でお気軽にお問い合わせください。

Instagram @RESORTSALON_NOA 公式LINE

国民健康保険税の納付が始まります!!

国民健康保険税は、皆さんがお医者さんにかかる
ときの医療費の補助などにあてられる大切な財源で、
国保事業運営の柱となるものです。7月中旬頃に送ら
れてくる納付書で納期限までに必ず納めましょう。

◇保険税の納期◇

1期	2期	3期
7月31日(金)	8月31日(月)	9月30日(水)
4期	5期	6期
11月2日(月)	11月30日(月)	1月4日(月)
7期	8期	9期
2月1日(月)	3月1日(月)	3月31日(水)

◇子ども子育て支援金の新設◇

「子ども施策の拡充」を目的として、子ども子育て支
援法が改正され、従来の「基礎課税分(医療保険分)」、
「後期高齢者支援分」、「介護納付金分」に加え、令和8
年度から「子ども子育て支援金」を保険税として徴収
することとなりました。(詳しくは12・13ページへ)

◇賦課限度額が4万円上がりました◇

医療保険分の賦課限度額が66万円から67万円に、新設された
子ども子育て支援金の賦課限度額が3万円になりました。



◇軽減判定所得基準が拡充されました◇

世帯の所得が下記の基準以下の場合、均等割額及び平等割額が2割・5割・7割軽減されます。

低所得者 軽減割合	改正前	改正後
2割	世帯の所得が43万円+ (56万円×国保加入者数)以下	世帯の所得が43万円+ (57万円×国保加入者数)以下
5割	世帯の所得が43万円+ (30万5千円×国保加入者数)以下	世帯の所得が43万円+ (31万円×国保加入者数)以下
7割	世帯の所得が43万円以下	

※給与所得者等が2人以上いる場合はその人数から-1した数×10万円が加算されます。
※一律で減額されるため、申請をしていただく必要はありません。

国民健康保険税 減免制度について

下記の要件に該当される方は減免される場合がありますのでご確認ください。
なお、減免申請には、災害の状況、最近の収入状況、失業等を証明できる書類が必要となります。

- ① 災害のため、住宅・家財が著しく被害を被ったり、農作物の減収があった場合
(損害額が10分の3以上で、かつ前年中の世帯合計所得が1000万円以下)
- ② 失業、疾病、負傷等により著しく所得が減少し、納付が困難となった場合
(前年中所得と比較し今年中所得が10分の3以上減少しており、かつ前年中の世帯合計所
得が600万円以下)
※ただし、前年中所得が450万円を超える場合は10分の4以上減少する場合に限る。
※減免申請については、納期限前7日までに申請をお願いします。(納期限が過ぎた場合、
その納期分については、原則減免されません。)また、減免の対象は、現年度課税分(避
及課税分を除く)です。

非自発的失業による軽減制度もあります

解雇等により失業し、雇用保険受給資格者証をお持ちの方で、条件を満たす場合、離職した
日の翌日から翌年度末までの期間、前年の給与所得を30%として保険税を算定する制度です。
軽減を受けるには届出が必要です。

- ① 雇用保険の特定受給資格者(例:倒産・解雇などによる離職)
- ② 雇用保険の特定理由離職者(例:雇い止めなどによる離職)
- ※雇用保険受給資格者証の離職理由が11、12、21、22、23、31、32、33、34に該当される方
※高年齢受給資格者及び特例受給資格者の方は対象となりません。

【国保税の納付が困難な場合は、滞納のままにせず健康保険課へご相談ください。】

《お問い合わせ | 健康保険課 | ☎098-998-2210》