

平成30年
4月から

国民健康保険制度が 変わります

市民部 市民課
☎ 82-1112

4月から国民健康保険の制度が変わります。
変わる内容や加入者への影響などについて、カブトンが市民部 市民課の職員に聞きました。



カブトン

カブトン: どうして国民健康保険 (=国保) の制度が変わることになったの?

市民部 市民課
主事 今野 翔太

今野: ここ10年で、70歳以上の高齢者数と国民医療費がともに1.3倍になり、今後も増える見込みです。国保制度は「国民皆保険制度」(*)の基盤となる仕組みですが、
①高齢者の加入割合が高く、1人あたりの医療費が高い。
②財政基盤が不安定。
といった課題がありました。今回の改正は、これらの課題を解消するためのものです。

※国民皆保険制度…すべての国民が健康保険や国民健康保険といった公的な医療保険制度に加入し、いつでも必要な医療を受けることができる制度。



カブトン: そういう背景があったんだね。でも、どうやって解消するの?

今野: これまでは市町村が国保を運営していましたが、4月からは都道府県も運営を担うこととなります。都道府県も運営費を負担するので、財政的な基盤が強化されます。



カブトン: 医療機関の受診や、保険証の手続きが複雑にならない?

今野: ご安心ください。医療機関の受診はこれまでと同じです。保険証の交付や保険料の納付なども、これまでどおり市町村の窓口で受け付けます。主な変更点は次のとおりです。
①保険証の様式が都道府県で統一される。(※10月1日から)
②加入者の資格管理が、市町村単位ではなく都道府県単位になる。
③葬祭費の金額が都道府県で統一される。



カブトン: 制度が変わっても、国保の窓口は変わらず市役所の市民課です。引き続きよろしくをお願いします。



運動サロン



いつまでも
元気に生活するために

皆さんは、80歳、90歳と年齢を重ねた時、どんな生活を送っていたいですか? 「なじみのある地域の人たちと、元気で活動的な生活を送りたい!」という人も多いのではないのでしょうか。そんな方には、「運動サロン」をお勧めします。運動サロンとは、体力や筋力の低下を抑えるため、地域の皆さんが身近な集会所などに集まり、体操をしたりレクリエーションをしたりして、仲間と楽しい時間を過ごす場です。

「運動サロン」を始めませんか?

市では、運動サロンの活動を支援しています。自分の地区にも運動サロンを作りたい方は、介護福祉課までご連絡ください。皆さんの元気をお手伝いします。

●問い合わせ
保健福祉部 介護福祉課

☎ 82-11115

VOICE



久保元気会 (常葉) 秋元 正信 さん

参加者を増やしたい
体操をした日は寝つきが良いですし、以前より風邪を引かなくなったという人もいて、効果を感じています。みんなで考えたり笑ったりするのは脳にいいので、レクリエーションや交流を楽しみたいとも重視しています。今後はもっと参加者を増やしたいですね。



ニコニコ上町元気サロン (船引) 柳沼 照栄 さん

無理せず続けるのが大事
体操は続けることが大事なので、自分のペースで無理せず体を動かせばいいと思います。あと、家でできるものを見つけてください。続けたい調子が悪いような気になりますよ。参加者は楽しそうな企画をどんどん出してほしいです。

「運動サロン」って何するの?

筋力低下を予防するための「田村市元気筋力もりもり体操」や認知症予防のためのレクリエーションを行うグループのこと。(体操を行っていないグループもあります)。「もりもり体操」は、筋力アップを目的に理学療法士の指導のもと作成した田村市オリジナルの体操。サロンにはDVDを無料で差し上げます。グループの活動頻度や年数によって、体操とレクリエーションの指導のために「いきいき健康サポーター」が各グループに派遣されます。サポーターは自分たちで工夫しながら、楽しいレクリエーションを提供しています。市では理学療法士など専門職を派遣して講話も行います。グループによっては、自分たちで季節の行事やゲートボールを行ったり、落語家を呼んだりして、楽しい活動も行っています。年に1回、市内のグループ全体で交流会を開催し、グループ同士で情報交換をしています。(昨年12月末時点: 43グループ)