

あなたの生活習慣を徹底チェック!!

40～74歳の国保加入者の皆さまへ

市民保険課 国保係 ☎57-8506

特定健診を受診されましたか?

5月中旬に、受診時に必要な受診券を一斉送付しました。

今年の4月から、健診の受け方が変わっています。

以前の「基本健診」が「特定健診」になり、医療機関でも受診できるようになりました。対象となる人は40～74歳のすべての人（医療機関で治療中の人も含む）です。

集団健診を受けたい人

最寄りの地区の保健センターなどで実施します。3月の希望調査で集団健診を希望された人には個別に通知します。

医療機関で個別に健診を受けたい人

受診しようとする医療機関が委託医療機関であれば特定健診を受けることができます。来年の1月末までに受診してください。

委託医療機関かどうかのお問い合わせや、特定健診受診券を紛失された人は、ご連絡ください。

特定健診に持って行くもの

40～65歳の人
特定健診受診券・医療保険証
自己負担額:1,000円
問診票（記入して持参）

66～74歳の人
特定健診受診券・医療保険証
自己負担額:1,000円
問診票・基本チェックリスト
（記入して持参）

介護保険の認定等を受けている人は基本チェックリストは必要ありません



健診結果を提供していただく 人間ドックの健診費が助成されます。

人間ドックを受診されている人は、平成20年度の受診結果を提供していただくことにより、市が特定健診項目分の費用を助成します。

助成金額 6,600円

助成を希望される場合は人間ドックを受診される前に市役所市民保険課で人間ドック助成の申請をしてください。申請に必要なもの

特定健診受診券・受診者の振込先の預金通帳・印鑑

平成20年4月1日から5月12日までに人間ドックを受診された人で、事前に申請をしていない人にも助成をします。対象の人は、健診結果、受診者の振込先の預金通帳・印鑑を持参し申請してください。

75歳以上の皆さまへ

市民保険課 高齢者医療係 ☎57-8506

健康診査は申込みが必要です。

生活習慣病で治療中の人は健康診査の必要はありません。

3月に申込みをされた人には、6月中に健康診査受診券を送付します。健康診査は地区の保健センターか委託医療機関で受けることができます。

健康診査に持って行くもの

健康診査受診券・医療保険証
自己負担金:500円
問診票・基本チェックリスト
（記入して持参）
介護保険の認定等を受けている人は基本チェックリストは必要ありません

健康はかけがえのない財産です！
年に一回の健診を欠かさないようにしましょう



広告

ボート免許のご案内

～国家試験免除～

【問い合わせ先】
金岡海事高知事務所
〒090-0514 高知市布師田
(サンパリア高知から北へ100mの信号機)

更新失効講習日	7月13日・24日
1級進級講習	8月17日・28日
1・2級講習	7月9日・12日
開講日	8月16日
講習会場	高知機械工業団地会館 高知市布師田 (サンパリア高知から北へ100mの信号機)

09003188631(金岡)
09005148630(谷口)

年金

国民年金保険料の納付が困難なとき

申請免除制度

経済的に保険料の納付が困難な人で、本人・配偶者・世帯主の前年の所得が一定額以下の場合、申請すると保険料が免除される制度です。

全額免除

保険料全額が免除されます。

一部納付(一部免除)制度

保険料の一部を納付すること

とで、残りの保険料が免除されます。

一部納付は3種類です。

四分の一納付【保険料額二千六百円 年金額6分の3】

二分の一納付【保険料額七千二百円 年金額6分の4】

四分の三納付【保険料額一万八千円 年金額6分の5】

申請免除制度の対象となる所得の目安

【審査は、本人・配偶者・世帯主の前年の所得で行います】

世帯構成	全額免除	一部納付		
		1/4納付	1/2納付	3/4納付
4人世帯 (夫婦・子ども2人)	162万円	230万円	282万円	335万円
2人世帯 (夫婦のみ)	92万円	142万円	195万円	247万円
単身世帯	57万円	93万円	141万円	189万円

若年者納付猶予制度

他の年齢層に比べ、所得が少ない若年層(20歳代)の人は

本人および配偶者の前年の所得が一定額以下の場合、申請

で保険料の納付が猶予され、

保険料の後払いができる制度

となっています。

学生の人には、学生納付特例

制度がありますので、ご相談ください。

申請および承認期間

免除などのサイクル始期と

終期は7月から翌年6月まで

です。申請日にかかわらず、7

月から翌年6月までの期間を

対象として審査しますが、でき

る限り7月に申請されるよう

お願いします。

不慮の事故や病気の発生後に

申請をしても、障害や遺族とい

った年金の支給資格要件に算入

されませんので、ご注意ください

。

退職(失業)による特例免除

申請する年度または前年度

において、退職(失業)の事実が

ある場合に対象となります。

申請に、雇用保険受給者証、

雇用保険被保険者離職票等の

写しを添付してください。

承認を受けた期間は:

全額免除や納付猶予の承認

を受けた期間は、未納期間と

は違いない年金の支給資格期間に

算入されます。

また、老齢基礎年金の金額

を計算するときには減額され、

若年者納付猶予・学生納付特

例制度に該当する場合は反映

されませんので、ご注意ください。

なお、10年以内であれば追

納することがありますので、年

金額を満額に近づけるために

も、余裕ができたときに追納す

ることをおすすめします。

申請窓口

市役所市民保険課

問い合わせ

南国社会保険事務所

☎088-864-1111

市役所市民保険課

☎088-885-6024

その他

最低賃金法が変わりました

7月1日から最低賃金の決

定基準や罰金の上限額、派遣

労働者への適用関係などに

ついて大きな改正が行われま

した。

平成20年7月現在の高知県

最低賃金は、時間額六百二十

二元です。産業別の最低賃金

も決められています。

問い合わせ

高知労働局賃金室

☎088-885-6024

あなたは していませんか?

タバコのポイ捨てや歩きタバコは火災の原因や、小さな子どもや歩行者にやけどをさせてしまうなど大変危険です。

喫煙には思いやりとマナーが必要です!

みんなで明るい社会をつくりましょう!

7月は、社会を明るくする

運動」と青少年の非行問題に

取り組む運動」の強調月間です。

犯罪や非行のない明るい社

会を築こうとする全国的な運

動です。地域が一つになつて、ふ

れあいと対話のある明るい社

会をつくりましょう。

問い合わせ

第58回社会を明るくする運

動実施委員会

(市福祉事務所内)

内閣総理大臣名の書状

を贈呈します

対象 旧日本赤十字社救

護看護婦および旧陸海軍従軍

看護婦だった人

先の大戦において、外地等事

変地の区域又は戦地の区域)

に派遣され、戦時衛生勤務に

従事された右記の人たちに対

不審船や不審者を発見したら 即！通報してください



7月7日(月)から9日(水)まで「北海道洞爺湖サミット」が開催されます。サミットを成功させるため、不法出入国・不法滞在者・テロ防止に不審船や不審者を発見した時は、110番もしくはよりの警察署・駐在所に連絡してください。

連絡先：香南警察署管内沿岸協力会 香南警察署 ☎55-0110

し、その御芳名に報いるため内閣総理大臣名の書状を贈呈しております。

請求期限 平成21年3月31日

問い合わせ

総務省大臣官房管理室

☎03-5253-5182