

後期高齢者医療制度に関するお知らせ

令和4年度の後期高齢者医療保険料

令和4年度の保険料の算定方法

年間の保険料(限度額66万円)

均等割額 被保険者1人当たり5万4,461円

+

所得割額 賦課のもととなる所得金額 × 所得割率 11.12%

7月に、令和4年度の後期高齢者医療保険料の決定(本算定)にかかる「保険料額決定通知書」と「納入通知書」の一体型通知書を送付しますので確認してください。

令和4年10月1日から、一定の所得のある人の医療費の窓口負担割合が変わります

75歳以上の人口増加に伴い医療費の増加が見込まれることから、後期高齢者の医療費のうち窓口負担分を除いた約4割を負担する現役世代の負担上昇を抑え、国民皆保険を未来につないでいくため法律が改正され、医療費の窓口負担割合が見直されました。

令和4年10月1日から、住民税課税所得が28万円以上の人で一定以上の所得のある人(1人の場合は年金収入とそのほかの合計所得金額の合計が200万円以上。同一世帯内に2人以上の場合は同合計が320万円以上で加入者全員適用)は、現役並み所得者(3割負担)を除き2割負担となります。

また2割負担になる人には、施行後3年間は外来の月々の負担増加額が3,000円までとなる配慮措置(入院の医療費は対象外)があります。対象となる人には事前に高額療養費の振込口座の登録が行えるよう、9月下旬に申請書を送付する予定です。

問い合わせ 大阪府後期高齢者医療広域連合資格管理課 ☎06-4790-2028、保険年金グループ ☎349-9472

フレイル予防トレーニング

心も体も老けないために

とき 6月2日(木)から毎月第1・第3木曜日午前10時～11時30分
ところ 社会教育センター・音楽室 講師 介護予防運動指導員 参加費 1回500円 定員 20人(先着順)
持ちもの 動きやすい服装、飲みもの 申し込み 社会教育センター、市立公民館、市役所社会教育グループで配布する申込

書を各窓口へ直接。または、はがきに郵便番号・住所・名前(ふりがな)・年齢・電話番号・ファクシミリ番号を書いて、〒589-0013 茨木市二丁目306-4 社会教育センター。ファクシミリ(☎368-0121)も可。
19日(木)必着
問い合わせ 社会教育センター ☎368-0121

80歳からの歌声広場

コロナ禍で疲弊した高齢者の孤立・孤独を歌の力でサポートします。

とき 14日(土)・28日(土)午前10時～午後0時
ところ 市立コミュニティセンター・音楽室
対象 市内に住んでいるおおよね80歳以上の人
内容 ピアノの生演奏に合わせてスクリーンを見ながら、日本の歌百選、昭和の歌謡曲と抒情歌などを楽しく歌う
参加費 1回1000円 定員 いずれも10人(先着順) 申し込み 電話またはファクシミリでグローバル・スクール(☎365-7115)
問い合わせ ボランティアセンター ☎367-6601

から、日本の歌百選、昭和の歌謡曲と抒情歌などを楽しく歌う
参加費 1回1000円 定員 いずれも10人(先着順) 申し込み 電話またはファクシミリでグローバル・スクール(☎365-7115)
問い合わせ ボランティアセンター ☎367-6601

さやま荘落語会

落語会で、お腹の底から笑ってください。
とき 26日(木)午後1時30分～3時
ところ さやま荘・多目的室 定員 30人(当日先着順)
問い合わせ さやま荘 ☎366-2022



宮田恵美子さん

(80歳・池尻自由丘)

一つ何かに飛び込むことで、次々とつながりが生まれます。それが人に喜んでもらえることにつながると考えると嬉しいですね

「副池オアシス公園は、地域にある植物を活用して自然風な公園をつくるというオアシス整備事業のもとにつくられている公園です。園内にはせせらぎ水路という手づくりのビオトープがあるんですよ。平成15年に(公財)大阪自然環境保全協会の呼びかけで立ち上げられた『狭山の副池自然づくりの会』で、これまで活動を続けてきました」

堺から転入して55年、自宅の近くで自然のままの公園づくりに共感した宮田さん。月に2回、副池オアシス公園で、外来植物の除去作業などをする人が熱中症にならないよう手助けをしたり、市民向けのイベントの用意をしています。

「コキアを植えてそこからほうきをつくったり、12月にクリスマスリースをつくるため、雪に見せた綿を植えたり、みんなが集まってお月見をするなど、現役の人と一緒にやって、季節の行事を楽しんでいます」

副池オアシス公園の見どころを伺うと、

「今の季節、副池を望むと大きな鯉のぼりも泳いでいます。堤には草刈り機でつくられた草文字も楽しめます。季節に応じた癒しの空間となっていますので、ぜひ、ご覧になってほしいです。また、大阪では数少ない公園を一緒に見守ってくださる方を募集していますので、気軽に参加していただけたらうれしいですね」

宮田さんは、長年にわたり、女性防火クラブや社会福祉協議会の評議員、狭山音頭にいたるまで様々な活動に携わっています。副池での活動からのつながりで始めたアドプトロードの活動では、副池周辺を散歩する人が入口から楽しめるように、紫陽花や花壇の手入れもしています。

「自然に触れることで自らの健康のためにもなり、自分磨きにもつながります。自然環境を守っていききたいという気持ちもありますが、頑張ったご褒美にみんなでお茶を飲みながら、わいわいすることも楽しそうですね。こうやって、一生このまちで暮らしていきたいです」

宮田さんの「自然体の暮らし」が、だれかの喜びにつながっています。

熟年大学特別講座受講生募集

令和4年度は「日本文化探訪」

をテーマに夏・秋・冬の3季、開催します。夏季特別講座では、「俳句の歴史探訪と句作り(句会)を楽しむ」と題し、俳諧の成立から芭蕉を経て近代、現代に至る俳句の歴史を概観しつつ俳句という文芸の魅力を探ります。また、句会を通じて、俳句の楽しさを体験します。

とき 6月20日(月)・27日(月)・7月11日(月)午後1時30分～3時(全3回) ところ 市役所南館・講堂 対象 市内に住んでいるお

おむね60歳以上の人 講師 木村和也さん/大阪俳句史研究会

理事 受講料 2000円(資料代を含む) 定員 30人(先着順)

申し込み はがきに「熟年大学夏季特別講座受講」・郵便番号・住所・名前(ふりがな)・生年月日・電話番号を書いて、〒589-0005狭山一丁目862-5熟年いきいき事業実行委員会事務局。31日(火)必着 問い合わせ 熟年いきいき事業実行委員会事務局 ☎366-8899

健康太極拳講座 第48期会員募集

健康太極拳はゆつたりとした動きで、年齢を問わず楽しみながら健康づくりができるスポーツです。

とき 6月4日～9月3日の指定する土曜日、A組/午後1時30分～3時、B組/午後3時20分～4時50分(全12回) ところ SAYAKAホール・リハーサル室ほか 対象 おおむね60歳以上の人 講師 中谷吉夫さん/楊名時健康太極拳師範 受講料 1万円 定員 各組10人(先着

順) 申し込み はがきに「健康太極拳講座」・郵便番号・住所・名前(ふりがな)・性別・生年月日・電話番号・希望する組・無料体験を希望する場合は「無料体験希望」と書いて、〒589-0005狭山一丁目862-5熟年いきいき事業実行委員会事務局へ郵送または直接。28日(土)必着 ※無料体験は1回のみ

問い合わせ 熟年いきいき事業実行委員会事務局 ☎366-8899