

# 介護のとびら

問い合わせ先  
地域包括支援センター  
電話 31-25110(やまゆり共同作業所内)

「継続は力なり」最初の評価を行いました

特定高齢者の介護予防事業が始まりました！(その4)

特定高齢者を対象とした「介護予防事業」では、5月から全身の柔軟体操と、下肢を中心とした運動を続け、8月に最初の体力評価をしました。

- 評価を受けた人数 23人
- 参加者の年齢 72歳～89歳
- 平均年齢 83.7歳

- 「握力」
- 「立位バランス」
- 「長座位体前屈」
- 「5メートル歩行(最大歩行速度)」
- 「開眼片足立ち」
- 「椅子からの立ち歩き」

の6項目の動作で、5月と8月の結果を比較して行いました。

表は、評価の結果向上がみられた項目の数と人数を示したものです。

23人中21人に数値の向上がみられています。

- アンケートでは、杖を使わなくても歩けるようになった
- 歩き方が良くなったと言われた
- 階段をスムーズに上れるようになった

数値に大きな変化がなかった人も、運動をするとすぐに足が暖まるという効果を感じています。

「特に変わりはない」という感想もありましたが、数値が大きく低下した人はいませんでした。

「継続は力なり」。3ヶ月間、みなさんが努力して運動を続けてきた効果が表れました。

評価の結果	人数
1項目向上	1人
2 //	8人
3 //	3人
4 //	7人
5 //	2人
6 //	0人
大きな変化なし	2人

## バリアレス・ハートギャラリー in みよた

あなたの作品を募集します

障害のある人もない人も、その心のバリアが取り除かれて、コミュニケーションがはかれたらどんなによいことでしょう。

浅間縄文ミュージアムでは、そんな交流のため、展示会を開催します。

開催に当たって、広く作品を募集いたします。

募集期間 10月15日(日)まで

応募資格

とくに応募資格はありません。

障害のある人も、ない人も、プロもアマも、大人も子供も、ふるってご応募ください。

募集作品 絵画および造形物

● 絵画等の場合、額入りのものとします。

● 額等が無い場合はご相談ください。

● 大きさは、はがき大から50cm大まで

募集点数 一人1点

※総点数50点に達したら締切ります。

応募方法

作品のサイズと写真を浅間縄文ミュージアム窓口に申し込みください。

受付後、展示のご連絡をいたします。

【展示会開催日】 12月2日(土)～12月24日(日)

【問い合わせ先】

エコールみよた浅間縄文ミュージアム

☎(32)8922

# 医療制度

10月から一部改正

高齢者自己負担の引き上げ

出産育児一時金の引き上げ

高額療養費の自己負担限度額の引き上げ

70歳以上の高齢者でも3割を自己負担する人が

高齢者の自己負担の引き上げ

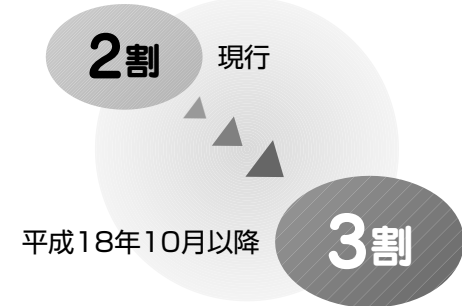
70歳以上の高齢者で、課税所得が145万円以上ある人(現役並の所得)は、現役世代と同様に自己負担が3割となります。

5万円引き上げて30万円を35万円に

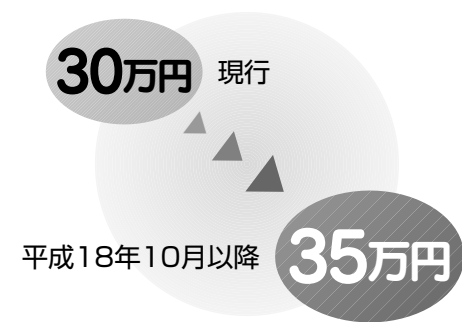
出産育児一時金の引き上げ

少子高齢化対策の一環として、出産育児一時金を現行の30万円から35万円に引き上げます。

▼現役並み所得者の自己負担割合



▼出産育児一時金



## 高額療養費の自己負担限度額を引き上げます

### 70歳未満の人の自己負担限度額

所得区分		3回目まで	4回目以降
一般	現行	72,300円 +(医療費-241,000)×1%	40,200円 <sup>注1</sup>
	H18.10月以降	80,100円 +(医療費-267,000)×1%	44,400円
上位所得者	現行	139,800円 +(医療費-466,000)×1%	77,700円
	H18.10月以降	150,000円 +(医療費-500,000)×1%	83,400円

所得区分が住民税非課税世帯の人の自己負担限度額は変更ありません  
注1 同じ世帯で12ヶ月間に4回以上高額療養費の支給を受ける場合に4回目から該当になります。

### 70歳以上の人の自己負担限度額

所得区分		外来	外来+入院
一般	現行	12,000円	40,200円
	H18.10月以降	12,000円	44,400円
上位所得者	現行	40,200円	72,300円 <sup>注2</sup> +(医療費-361,500)×1%
	H18.10月以降	44,400円	80,100円 <sup>注3</sup> +(医療費-267,000)×1%

一般の外来分と所得区分が低所得Ⅱ、低所得Ⅰの人の自己負担限度額は変更ありません

注2 4回目以降は40,200円

注3 4回目以降は44,400円

【問い合わせ先】 町民課住民係  
☎32-3111(内線18番)