

後期高齢者医療被保険者のみなさまへ

1 保険料の納付について

令和4年度の「後期高齢者医療保険料額決定通知書」は7月中旬にお送りします。年金からの天引きでなく、口座振替も申請されていない普通徴収の方は、納付書払いとなりますので納期限までの納入をお願いします。

2 被保険者証の更新 今年度は2回（8月と10月）変わります

令和4年10月1日より、一定以上の所得のある方は、現役並みの所得者（窓口負担割合3割）を除き、医療費の窓口負担割合が2割になることから、被保険者証は8月と10月の2回更新されます。8月1日から9月30日まで使える新しい被保険者証（若草色）は、7月末にお送りします。

3 一部負担金の割合変更

毎年8月1日現在の世帯と前年中の所得状況をもとに、医療費の自己負担割合（1割または3割）の見直しを行います。その後も毎月1日現在で見直しを行います。ご自身の負担割合は、新しい被保険者証でご確認ください。

4 「限度額適用・標準負担額減額認定証」・「限度額適用認定証」

住民税非課税世帯の方は、「限度額適用・標準負担額減額認定証」を提示することにより、医療費の自己負担額や入院時の食費等が軽減されます。また、住民税課税所得145万円以上690万円未満の方は、「限度額適用認定証」を提示することにより、医療費の自己負担額が軽減されます。現在、上記のいずれかの証をお持ちで、8月以降も対象となる方には、7月末に新しい証をお送りします。新たに申請される方は、被保険者証を持参して手続きをお願いします。

新型コロナウイルスによる保険料の減免

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減った場合など、一定の要件を満たした方は、申請することで後期高齢者医療保険料や介護保険料が減免される場合があります。

■問い合わせ/長寿支援課 ☎880-6556

第十一回特別弔慰金の請求はお済みですか？

戦没者等（軍人軍属としての在職期間中、または準軍属としての公務上の傷病、または勤務に関連した傷病が原因で亡くなった方）の遺族に対する特別弔慰金（第十一回特別弔慰金）の請求を受け付けています。

■請求期限 令和5年3月31日
※請求期限を過ぎると受け取ることができなくなりますので、ご注意ください。

■支給内容
額面25万円、5年償還の記名国債

■支給対象者
令和2年4月1日時点で、「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」などを受ける方（戦没者等の妻や父母など）がいない場合に、右記の順番による先順位の遺族一人に支給されます。

支給対象者の優先順位

- 戦没者等の死亡当時の遺族で
1. 令和2年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方
 2. 戦没者等の子
 3. 戦没者等の①父母、②孫、③祖父母、④兄弟姉妹 ※戦没者等の死亡当時、生計関係を有していることなどの要件を満たしているかどうかにより、①～④の順番が入り替わります。
 4. 上記1～3以外の戦没者等の三親等内の親族（甥、姪など） ※戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた方に限ります。

■請求先・問い合わせ/福祉事務所 地域福祉支援係(南国市役所1階⑨番窓口)
☎880-6566

歩かないと見えてこない歴史がある



むらかみ たかお 村上 隆夫 さん(80) (岡豊町小蓮)

妻と2人暮らしです。趣味は家庭菜園で、カボチャなど季節に応じた野菜を10種類ほど育てています。過去には、トウモロコシの上部を邪魔だからと早めに切りすぎてしまい受粉に失敗したことも。大変ですが、早朝からやることあるのが起床が楽しみです。

他には、ウォーキングをしながら地域の歴史を案内するガイド活動を約10年しています。

歴史に興味を持ったきっかけは、歴史民俗資料館の宅間館長(当時)から、地域の史跡を紹介する活動に誘われたこと

100000 ライフ 212

とです。その後、土佐のまほろば地区振興協議会の発足にも携わりました。岡豊城跡が国の史跡に指定された際に、案内人(ガイド)が必要となったことも、今の活動のモチベーションになっています。

ウォーキングでは、参加者と一緒に地域をウロウロし、歩く速さでなければ見逃してしまう史跡をキョロキョロ見てもらい、ただ歩くのではなく「歩かずに楽しみをもたせる案内」を意識しています。今年は大河ドラマに登場する「源氏」につながる史跡も案内しています。みなさんの健康づくりと地域の魅力の再発見につながるお手伝いができればと思っています。

歴史は、新発見と共に見直される面があり、最新情報の収集が欠かせません。自分で調べると記憶に残りやすいので地形や歴史を楽しんで調べています。また、ガイドをさせていただく中で新たな発見もあり、参加者の皆さんに育ててもらっています。

今は、後免町の案内人の養成にも力を入れています。いずれは、市内各地でそれぞれの魅力を案内する活動が広がっていくことを願っています。

家を空けることも多いですが、自由に活動させてくれる妻には感謝しています。

親子クイズ

602

今月は
観光大使
クイズ!



今月は特別な賞品があります

Q 次の南国市観光大使の皆さんの職業は、ア～エの内どれでしょう。

- 問1 岡林 裕二 ア 棋士
- 問2 島井 咲緒里 イ お笑い芸人
- 問3 三山 ひろし ウ 歌手
- エ プロレスラー

問4 岡林裕二さんの決めゼリフは、ア～ウのどれでしょう。

- ア パワー! イ ピッサリ! ウ ガッテム!

女子プロゴルフ
「明治安田生命レディス」への
協賛特典として市に提供された

土佐カントリークラブ
年間特別割引
メンバーズカード
(有効期限令和5年3月末)

【第601回解答】

- 問1 B オクラ(北アフリカ)
問2 A ナス(インド)
問3 C トマト(南アメリカ)

【第601回当選者】

- 岡林 広徳
貞廣 母都
武市 智和
長尾 広子
山崎 彩加

- 応募締切/7月10日(日) 消印有効
■応募方法/答え・住所・氏名・紙面の感想・希望する賞品番号を明記し、ハガキまたはEメールでご応募ください。(※1通まで。第2希望まで記入可。希望の記載がないときは、図書カードとなります。)
■あて先/〒783-8501 南国市大浦甲2301 南国市企画課「親子クイズ係」
☎ n-kouhou@city.nankoku.lg.jp スマホはこちらから
■賞品/①図書カード(5名)
②土佐カントリークラブ「年間特別割引メンバーズカード」(4名)
※正解者の中から抽選で贈呈

★応募総数/46通 ★正解率/98%