

HPVワクチン(子宮頸がんワクチン)のキャッチアップ接種には期限があります。8月中に接種を開始しましょう

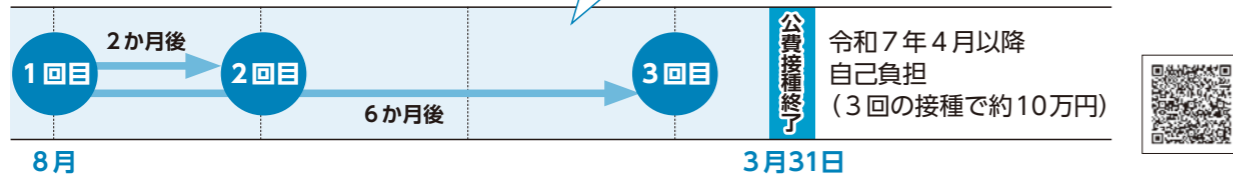
まだ接種を受けていない人やHPVワクチン接種を計3回受けていない人は「キャッチアップ接種(救済接種)」として、公費による接種が可能です。夏季休暇や帰省の機会に家族や友人と話し合ってみてください。※詳しくは、市健康推進課にお問い合わせください

対象 平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれの女性
接種回数 計3回 **実施期間** 令和7年3月31日まで
接種費用 無料

ポイント
 ◆HPVワクチンは、計3回の接種が必要です
 ◆接種完了には6か月かかります
 ◆計3回の接種が終わっていない人もこの期間に接種できます

〈接種スケジュール〉

ポイント
 ◆1回目接種後、2か月あけて2回目、1回目から6か月以上あけて3回目を接種するのが標準的な接種スケジュールです



問い合わせ 市健康推進課 ☎22-0179

健康づくりのために、はじめの一步を踏み出してみませんか?

市は、スポーツクラブと共同で、働き世代の運動習慣の定着に向けた支援を行っています。「運動プログラムの提案と指導」を受けながら「定期的な測定」を行うことで、運動習慣を身に付け、その効果を確認できます。

- 対象** 次の1～3の全ての項目に該当する人
1. 運動習慣のない人(過去1年間、週2回以上30分以上の運動をしていない人)
 2. 直近と1年後の健康診断結果票をスポーツクラブに提出できる人
 3. 20歳～64歳までの市内に住所または勤務先がある人

協カスポーツクラブ イオンスポーツクラブ 3FIT 釜石店 カーブス イオンタウン釜石

※利用には費用がかかる場合があります。詳細は、各スポーツクラブにお問い合わせください

問い合わせ 市健康推進課 ☎22-0179

心肺蘇生法講習会

日時 7月26日(金) 13時30分～16時30分
場所 釜石地区合同庁舎4階 大会議室
対象 釜石市、大槌町の住民や企業の職員など
定員 30人 **受講料** 無料
内容 心肺蘇生法の講習(座学、実技)

申込方法
 7月12日(金)までに二次元コードからお申し込みください。
 ※二次元コードからの申し込みが難しい場合は、電話でお申し込みください

問い合わせ 釜石保健所 企画管理課 ☎25-2702

国立釜石病院/釜石地域医療連携推進法人設立準備委員会 市民公開講座

日時 7月30日(火) 18時30分～20時30分
場所 釜石市民ホールTETTO フリースペースなど
講師 国立釜石病院 土肥守院長、同病院臨床心理士

内容 ①「地域医療連携推進法人制度とは?」
 ②「あなたは人生最後の1年の過ごし方に自信がありますか?」
 ③「明日を少しでも生きやすく—リフレーミングのすすめ—」

費用 無料

問い合わせ 国立釜石病院 ☎23-7111

令和6～8年度 介護保険料を改定します

65歳以上の人(第1号被保険者)の介護保険料

介護保険は国・県・市が負担する公費と、40歳以上の人が納める介護保険料を財源に運営しています。

65歳以上の人(第1号被保険者)の介護保険料を、3年ごとに策定する介護保険事業計画(第9期:令和6年度～令和8年度)に基づき、3年を通じて健全な介護保険財政が保たれるよう、次の表のとおり改定します。

主な変更点

- ・基準額を月額5,329円から5,600円に変更
- ・所得段階別保険料を低所得者の保険料上昇の抑制を図るため国から示された第13段階に変更
- ・第1段階から第3段階の保険料額は、国の低所得者保険料軽減強化の実施により軽減

改定後の所得段階による介護保険料額

所得段階	対象	R6～R8年度	
		保険料率	月額保険料(年額)
第1段階	・生活保護を受給している人 ・老齢福祉年金受給者で、世帯全員が住民税非課税の人 ・世帯全員が住民税非課税で、前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の人	基準額 ×0.285	1,596円 (19,100円)
第2段階	世帯全員が住民税非課税で、前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円超120万円以下の人	基準額 ×0.485	2,716円 (32,500円)
第3段階	世帯全員が住民税非課税で、前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が120万円超の人	基準額 ×0.685	3,836円 (46,000円)
第4段階	世帯の誰かに住民税が課税されているが、本人は住民税非課税で、前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の人	基準額 ×0.90	5,040円 (60,400円)
第5段階	世帯の誰かに住民税が課税されているが、本人は住民税非課税で、前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円超の人	基準額 ×1.00	5,600円 (67,200円)
第6段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が120万円未満の人	基準額 ×1.20	6,720円 (80,600円)
第7段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が120万円以上210万円未満の人	基準額 ×1.30	7,280円 (87,300円)
第8段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が210万円以上320万円未満の人	基準額 ×1.50	8,400円 (100,800円)
第9段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が320万円以上420万円未満の人	基準額 ×1.70	9,520円 (114,200円)
第10段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が420万円以上520万円未満の人	基準額 ×1.90	10,640円 (127,600円)
第11段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が520万円以上620万円未満の人	基準額 ×2.10	11,760円 (141,100円)
第12段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が620万円以上720万円未満の人	基準額 ×2.30	12,880円 (154,500円)
第13段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が720万円以上の人	基準額 ×2.40	13,440円 (161,200円)

※保険料年額=基準月額(5,600円)×保険料率×12月(100円未満切り捨て)

介護保険制度は、介護にかかる負担を社会全体で支える仕組みです。介護保険料は、介護保険制度を運営するための貴重な財源となります。

この改定は、令和6年度から令和8年度の当市における必要な介護サービスの総費用から、3年間の介護保険制度の運営に必要な介護保険料を算定した結果です。介護保険料の納付にご理解、ご協力をお願いします。

問い合わせ 市高齢介護福祉課 高齢介護係 ☎22-0178