



第23報

健康みつえ 21計画

# 健康づくり推進員「にわか劇団」による名演技！！ 「たかが血压、されど血压」

平成23年10月18日村社会福祉大会において、健康づくり推進員のみなさんにより、「本気で高血圧を防ごう!!」をPRするため「たかが血压、されど血压」と題して健康劇を行いました。そのポイントをご紹介します。

### 血圧を上げる原因

- ①濃い味付けが好き
- ②酒の飲み過ぎ
- ③体重が標準より多い
- ④すぐカッ!となる
- ⑤家族が気になるほどのいびき

### 血圧を安定させるために

- ①家で血圧を測る
- ②新鮮な野菜をたくさん食べる
- ③インスタント食品は上手に使う
- ④酒に飲まれず、酒を飲む
- ⑤LLサイズからMサイズへ

## 高血圧を防ごう！

本気で

あなたはいくつ当ではまりますか？

タバコは血圧には大敵!!

H23.10.18 村社会福祉大会 健康づくり推進員の健康劇

血圧計の貸し出しを希望される方は  
保健福祉課へ ☎0745-95-2828  
御杖村健康づくり推進協議会

寒さを迎える時期、自分の血圧を見守っていきましょう。

### 戦後強制抑留者の皆様へ

シベリア戦後強制抑留者に対する特別給付金を支給しています。

- ・対象者は、旧ソ連邦又はモンゴル国の地域における戦後強制抑留者で、平成22年6月16日に日本国籍を有するご存命の方です。
- ・(特別措置法施行日(平成22年6月16日)以降に亡くなられた方の相続人は請求できますが、施行日前に亡くなられた方のご遺族等は、対象となりません。)
- ・請求受付期間は(平成24年3月31日まで)まだ請求されていない方は、お急ぎください。請求期間内に特別給付金の支給の請求をしなかった場合には、支給されません。
- ・請求書をお持ちでない方は、当基金から請求書類をお送りしますので、至急、当基金にお電話ください。
- ※既に特別給付金を支給された方は、再度の請求は出来ません。

▼ご連絡・お問い合わせ先

独立行政法人平和祈念事業特別基金  
事業部特別給付金認定担当  
☎0570(059)204  
I.P.H.S.:03(58860)2748  
▼受付時間 平日 9時~18時  
(土曜、日曜、祝日はご利用いただけません)

# 国民健康保険税Q&A



これってどうしてこんなに高いの？という普段から多く寄せられる住民の皆様の疑問・質問にお答えします。  
今回は国民健康保険税についてです。  
是非参考にしてください。

## 国民健康保険税のしくみ

**Q** 国民健康保険税は何のために使われるのですか？

**A** 国民健康保険税は次のように使われます。  
・医療費(窓口負担金を除く)  
・出産育児一時金  
・葬祭費等

※場合によって保険の給付対象外になることがあります。

## 国民健康保険税の納税義務者は

**Q** 社会保険に加入しているのに、国民健康保険税の納税通知書が届いたのはなぜですか？

**A** 国民健康保険税は世帯単位で課税されますので、世帯主が社会保険に加入していても、世帯のどなたかが国民健康保険に加入している場合には、世帯の代表者である世帯主に納税通知書が送付されます。

## 国民健康保険加入の場合は

退職が決まり、社会保険をやめて国民健康保険に加入したいのですが、国民健康保険税はいつから支払う必要がありますか？

**A** 国民健康保険税は月末時点での国民健康保険の資格を有している方に、当該月(資格取得月)より

届いた場合は、国民健康保険をやる届出がされていない可能性があるのでご確認ください。

国民健康保険加入者がいないにも関わらず、納税通知書が届いた場合は、国民健康保険をやる届出がされていない可能性があるのでご確認ください。

## 昨年と税額が違う場合は

**Q** 昨年と税額が違う(保険税の変更通知が届いた)のですが？

**A** 次の理由が考えられます。  
・前年中の所得額・固定資産税

例)退職日.....8月15日  
届出日.....11月3日  
資格取得日.....8月16日

届出をしたのが11月3日でも、資格異動の事実が発生したのは、8月16日ですので、資格取得月である8月分より国民健康保険税の納税義務が発生します。

さかのぼって8月分から保険税が必要!

例えば8月に会社を辞めたのに、届出を11月にした場合

8月 9月 10月 11月  
会社を辞める 窓口届出

国保の資格が発生

課税されます。また、加入の届出をしたときからではなく、加入の事実が発生した時点でさかのぼって納税義務が発生します。

## 国民健康保険税の滞納について

**Q** 国民健康保険税を滞納したらどうなるの？

**A** 国民健康保険税は税金です。納付が遅れると督促状や催告書が届きます。さらに滞納したままですと、病院にかかった際の窓口負担が全額自費負担になる場合があります。

事情により納付できないときは、早めに住民生活課税務徴収グループに相談してください。

▼税に関するお問い合わせ先  
住民生活課 税務徴収グループ  
☎0745(95)2001  
(内線60・61・62)