



みんなで考えよう対馬の健康! ~その1~



みなさんこんにちは！僕たちは、ツシマヤマネコの兄妹です。まだ名前がついてないんだけど、これからたびたび皆さんの前に現われて、対馬の健康について考えていくお手伝いをしたいと思います。よろしくね！

それでは今回は、まず、対馬の健康実態を見ていく事にしましょう。
(私たち健康キャラクターヤマネコの名前を募集しています！詳しくは左下をご覧ください！)



死亡の原因の半分は生活習慣病だって！死亡の原因は全国と比較して、がん、心疾患、脳血管疾患が多いです。特に、心疾患による死亡が増えています。

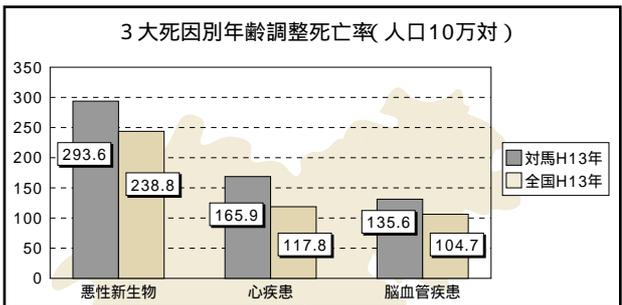
生活習慣病の中の糖尿病で病院にかかっている人は平成6年に、302件だったのが、平成17年には822件!! 11年間でなんと2.7倍になってるんだって！



対馬市の人の寿命は短いんだね～。みんなもっと元気で長生きして欲しいよ～。

*** 平均寿命 ***

	男	女
全国	78.64歳	85.59歳
対馬	76.16歳	83.09歳



肥満、糖尿病などの生活習慣病が進むと心疾患や脳血管疾患になりやすいんだって！

だから早いうちに、食生活などの生活習慣を改善しないといけないってことがわかるよね。
フムフム……。



こうやって見てみると、今の対馬市はあまり健康だとは言えないみたいですね。

でも、一人一人が気をつければ、予防できることばかりのようですよ。そのためにも、まずは健診を受けて、自分の体をよく知っておくことが大切ですね。

来月号では、平成18年度の市民健診について詳しくお知らせしますね。お見逃しなく！

*** 健康キャラクターツシマヤマネコの名前大募集 ***
ヤマネコの男の子と女の子のそれぞれの名前、応募者住所、氏名、電話番号を明記の上、平成18年5月31日までに右下の宛先までメール、FAX、郵送にて、ご応募下さい。採用された方には粗品を差し上げます。お待ちしております。



市民健診の受診者の約29%は肥満なんだって！

運動も
わすれずに！



*** お問い合わせ・応募先 ***

〒817 1201

対馬市豊玉町仁位380

対馬市保健部 健康推進課

0920 58 1118 勳0920 58 2755

メール: ts-kenkou@city-tsushima.jp

廃棄物対策課コーナー

対馬市一般廃棄物処理基本計画を策定



対馬市の「ごみ」と「し尿」の処理計画をまとめた一般廃棄物処理基本計画を策定しました。

対馬市のごみの出される状況を分析して、ごみの減量化や資源化への取り組みをまとめた「ごみ処理基本計画」と川や海の水質保全のための合併処理浄化槽の普及促進などをまとめた「生活排水処理基本計画」で構成されています。

計画は、ホームページ（<http://www.city.tsushima.nagasaki.jp/>）の「廃棄物対策課及び各支所環境水道班の窓口」でご覧いただけます。

18年度から粗大ごみの収集方法が変わります

指定袋に入らない大きさの物は収集しません。直接対馬クリーンセンター又は中継所に持ち込んでください。

特に、可燃ごみのうち、布団、毛布、じゅうたん、コートなどの大きな衣類、30センチメートル以上のぬいぐるみは可燃粗大ごみとして取り扱います。指定ごみ袋での収集はいたしませんので、直接対馬クリーンセンター又は中継所に持ち込んでください。

これは、対馬クリーンセンターの焼却炉の構造上、大型の衣類や布団が破碎できないためです。

ただし、ご家庭で四方が30センチメートル未満に切断したものについては、指定袋での収集は行います。

お願い

資源ごみのうち、びん類の蓋やキャップ、ペットボトルのキャップ、ラベルは取り外してください。取り外したもののうち、金属製の物は不燃ごみとして、プラスチック製の物やコルクについては可燃ごみとして出してください。

また、スプレー缶やカセットボンベ等は使い切って、必ずガス抜きをしてください。

年金コーナー

年金制度が変わります

国民年金などの年金制度の改正が順次実施されることとなっています。平成18年4月からの主な変更点は、次のとおりです。

【国民年金】

保険料額が改正されます

平成18年4月から平成19年3月までの国民年金保険料は、月280円引き上げられ、月額13,860円となります。

国民年金保険料は、平成29年度まで毎年度月額280円引き上げられ、最終的に月額16,900円となる予定です。これは、年金を支える力と給付のバランスを取るためのものです。

年金は、納付した額の1.7倍以上となります。

基礎年金額の1/3（将来は1/2）は国庫負担です。今後も保険料の改定が予定されていますが、国庫負担があることで、若者であっても平均では納付した額の1.7倍以上の年金が受け取れる計算となります。

問い合わせ先

ねんきんダイヤル（年金保険料を納めている方）
0570 05 1165

ねんきんダイヤル（年金を受給している方）
0570 07 1165

長崎北社会保険事務所
095 861 1211

または、対馬市各支所住民生活課 年金担当まで

【年金給付関係】

平成18年度の年金額は0.3%引き下げとなります

平成17年度の年平均の全国消費者物価指数が、対前年マイナス0.3%であったため、平成18年度の年金額は、前年度より0.3%少ない額となります。

満額の老齢基礎年金の場合は、月額200円ほど引き下げとなります。平成18年4月分から新しい年金額となりますので、6月の定期支払（4月及び5月分）から年金額が変更となります。

障害基礎年金と老齢厚生年金等を併せて受給できるようになります

障害を持ちながら働いたことが評価される仕組みとして、平成18年度から、65歳以上の方は、障害基礎年金と老齢基礎年金、障害基礎年金と遺族厚生年金の組み合わせについて併せて受給（併給）することができるようになります。

なお、併給を申請される場合は、選択申請書を提出していただく必要があります。

社会保険事務局の出張相談のお知らせ

5月16日(火) 午前9時から午後5時まで
巖原支所大会議室

5月17日(水) 午前10時から午後3時まで
美津島支所別館会議室

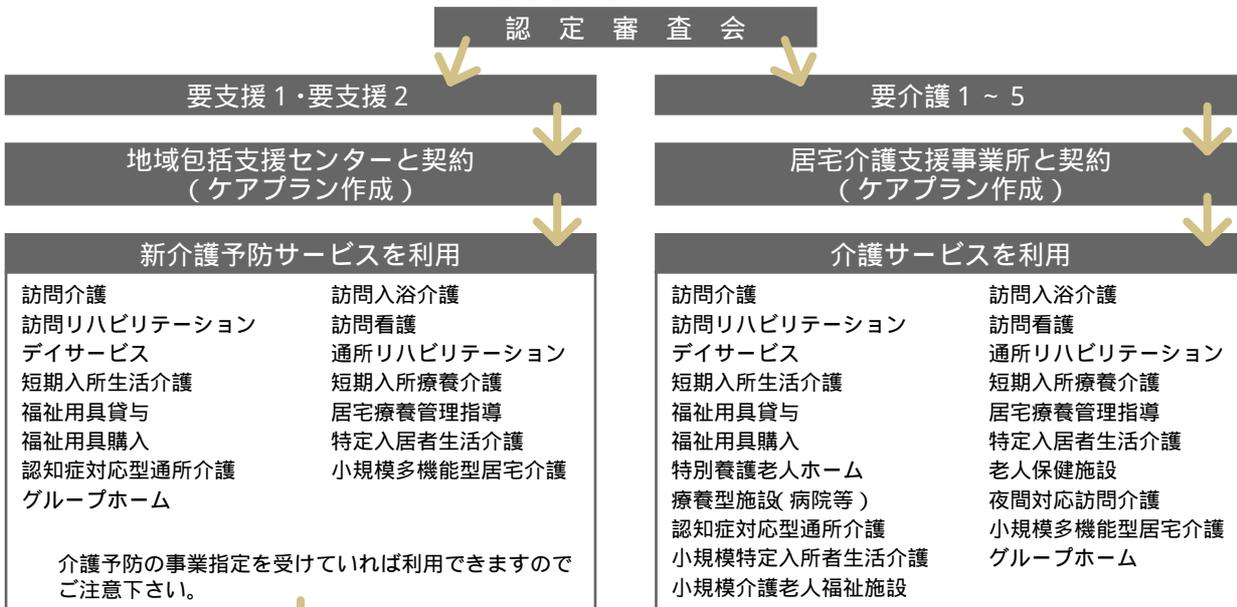
6月8日(木) 午前9時から午後5時まで
上対馬総合センター

4月から介護保険が変わります

制度の変更内容

- ・要介護認定の区分が変わります。
非該当・経過的要介護・要支援1・要支援2・要介護1・要介護2・要介護3・要介護4・要介護5となります。
- ・「経過的要介護」とは4月1日現在で要支援と判定されている被保険者が対象となります。(認定有効期間終了日まで)
- ・「経過的要介護」となる被保険者は引き続き現在利用できるサービスが利用できます。(期間満了日まで)
- ・新介護予防給付を利用できる被保険者は要支援1と要支援2と判定された方です。

要支援・要介護認定判定後のサービス利用の流れ



↓ (対馬で利用できないサービスがあります)

一定期間後に地域包括支援センターで効果を評価

非該当と判定された被保険者は、地域支援事業の対象となります。詳しくは、お近くの地域包括支援センターにご連絡ください。

居宅サービス利用限度額 = 要支援1 49,700円/月 要支援2 104,000円/月

経過的要介護 61,500円/月(1割は利用者負担、9割は保険給付) 要介護1～要介護5の居宅サービス利用限度額に変更はありません。

料金の変更内容

介護保険料は、定期的にその額を見直すよう法で定められており、今年度が見直しを行う年となっています。平成18年4月以降の介護保険料の算定は以下の表のとおりです。

1 介護保険料額

保険料	判定基準	月額	年額	年額
第1段階	生活保護受給者の方 住民税世帯非課税者 で老齢福祉年金受給者の方	2,250円	27,000円	基準額×0.5
第2段階	住民税世帯非課税者で、本人の年金収入額 が80万円以下かつ年金以外に収入の無い方	2,250円	27,000円	基準額×0.5
第3段階	住民税世帯非課税者で、第2段階以外の方	3,375円	40,500円	基準額×0.75
第4段階	同一世帯員のうち、ご自身以外の方が住民 税課税者の方	4,500円	54,000円	基準額
第5段階	ご自身が住民税課税者で、所得額が200万 円未満の方	5,625円	67,500円	基準額×1.25
第6段階	ご自身が住民税課税者で、所得額が200万 円以上の方	6,750円	81,000円	基準額×1.5

徴収方法等により、1回あたりの納入額が異なる場合があります。

税制改正により65歳以上の方の住民税課税区分変更起因する保険料段階の引上げについては、緩和措置が適用されます。

【問い合わせ先】 保健部 保険課 ☎0920-58 1118まで

2 納入方法

特別徴収

年金給付額が、年額18万円以上の方(年金保険者が年金支給額より徴収)

新たに65歳になられた方又は転入してこられた方は、特別徴収による納付が行えるようになるまで期間がかりますので、それまでの間は普通徴収となります。

平成18年度改正により、障害年金・遺族年金受給者も、対象に含まれるようになりました。

普通徴収

特別徴収以外の方。(納付書又は、口座振替により納付)