

国民健康保険ガイド

医療費の限度額適用認定証と食事代の減額認定証について

・限度額適用認定証とは？

「限度額適用認定証」は70歳未満の国民健康保険の加入者が交付対象となり、事前に交付を受けることで入院や通院する際に、医療機関の窓口へ提示することにより1つの医療機関での窓口での支払金額（保険診療分）を自己負担限度額までにとどめることができます。ただし認定証の発行は保険料の滞納がない世帯に限ります。

・限度額適用・標準負担額減額認定証とは

「限度額適用・標準負担額減額認定証」は、住民税非課税世帯の国民健康保険の加入者が交付対象となり、事前に交付を受けることで入院や通院する際に、医療機関の窓口へ提示することにより1つの医療機関での窓口での支払金額（保険診療分）を自己負担限度額までに抑えられるとともに、標準負担額（入院時の食事代）が減額されます。

ただし保険料に滞納のある70歳未満の住民税非課税世帯の方は、標準負担額のみが減額される「標準負担額減額認定証」となります。

・70歳未満の方

国民健康保険に加入している70歳未満の方が入院したとき、医療機関に保険証と限度額認定証を提示すると、医療機関での支払いが自己負担限度額までとなります。

区 分		限 度 額	4 回目以降	交付される認定証
課税対象	上位所得者 (※1)	150,000円 医療費が500,000円を超えた場合は超えた分の1%を加算	83,400円	限度額適用認定証
	一 般	80,100円 医療費が267,000円を超えた場合は超えた分の1%を加算	44,400円	限度額適用認定証
住民税非課税世帯(※2)		35,400円	24,600円	限度額適用認定証・標準負担額減額認定証(※3)

※1 上位所得者とは、世帯に属するすべての被保険者の所得から33万円を差し引いた金額の合計額が600万円を超える世帯を言います。

※2 世帯主と世帯に属するすべての国保加入者全員が住民税非課税の非課税であることとなります。なお、所得の申告がされていないと上位所得者とみなされます。

※3 標準負担額減額認定証は、入院時の食事代の負担が軽減されます。

・70歳以上75歳未満の方

70歳以上75歳未満の方は、住民税非課税世帯のみ発行されます。

70歳未満の方とは異なり、外来（個人単位）と世帯単位（入院・外来）を別々に計算し自己負担の上限額が適用されます。

区 分	70歳以上自己負担限度額	
	個人単位(外来)	世帯単位(入院を含む)
現役並み所得者	44,400円	80,100円+(医療費の総額-267,000円)×1%
一般	12,000円	44,400円
住民税非課税世帯(低Ⅱ)	8,000円	24,600円
住民税非課税世帯(低Ⅰ)	8,000円	15,000円

交通事故に遭ったら…

国民健康保険・後期高齢者医療制度加入の方が交通事故にあったら、保健福祉課しあわせ係へご連絡願います。

交通事故による医療費は、加害者が全額自己負担すべきものですが、届け出により国民健康保険・後期高齢者医療制度で治療を受けることができます。

ただし、あくまでも国民健康保険・後期高齢者医療制度が一時的に立て替えするというので、後から加害者へ請求しなければなりません。

国保へ届ける前に、加害者から治療費を受け取ったり、示談で済ませてしまうと、あとで加害者に請求できなくなり、被害者自身にも思いがけない負担がかかる場合があります。

示談の前に必ず速やかに「第三者行為による被害届」を提出してください。

マイプランをしっかりと 国民年金

「手続きすることで年金を受け取る場合もあります」



保険料の納付期間が足りないため年金を受けられない

専業主婦の年金を改正しました

国民年金では、専業主婦の年金を改正し、届出をすることで年金を受けることができる場合があります。

例えば、左のような事象が発生し届出が遅れたり、忘れてたりしたことはありませんか？

- サラリーマンの夫が
 - ・ 退職した場合
 - ・ 脱サラして自営業を始めた
 - ・ 65歳を超えた
 - ・ 亡くなった
- サラリーマンの夫と
 - ・ 離婚した
- 妻自身の年収が増えて夫の健康保険証の被扶養者から外れた

このようなことで未納期間が発生した場合は、すぐにお問い合わせください。指定の手続きを行うことで年金を受け取ることもできることがあります。

65歳未満の方は、障害・遺族年金を受け取りやすくなります。65歳以上の方は、お問い合わせが遅れると年金の受け取りも遅

れますので、ご注意ください。

国民年金の切り替えの届出が2年以上遅れたことがある方は、今すぐ手続きを

年金は原則として20歳から60歳までのすべての方が加入することになっていますが、会社員や公務員(2号被保険者)に扶養されている配偶者(専業主婦:3号被保険者)は、保険料を納める必要はありません。

ただし、夫が退職した場合や妻自身の年収が増えたときなどは、届出(3号被保険者から1号被保険者への変更届)をして、保険料を納めなくてはなりません。

この届出が2年以上遅れたことがある方は、2年以上前の保険料を納付することができないため、保険料の未納期間が発生します。

この度、専業主婦の年金が改正され、このような方が手続きをすれば、「未納期間」を「受給資格期間」に算入できるようにになりました。(※妻が会社員で、夫が専業主夫の場合も同様です)

手続きをすれば、無年金や年金の減額を防ぐことができます

年金を受け取るためには、一定の「受給資格(保険料を納めている期間など)」が必要です。

例えば、

- 老齢基礎年金
 - ↓ 25年以上の「保険料を納めている期間」があること
- 障害・遺族基礎年金
 - ↓ 加入期間の3分の2以上が「保険料を納めている期間など」であること

手続きを行うことで「未納期間」が「受給資格期間」に算入できるようになりますので、老齢年金だけでなく、万一のときの障害・遺族基礎年金の受給権確保につながります。

また、手続きを行うことで本来はさかのぼって払うことができなかつた期間の保険料を納付(最大で10年分)することができますように、保険料を納めることで、年金額が増えます。

これらに関するお問い合わせは留萌年金事務所(〇一六四(四三)七二二)までお願いします。

なお、お問い合わせの際は、年金手帳など基礎年金番号がわかるものをご用意下さい。

百歳を迎える相馬ヨシエさんに総理大臣より銀杯を贈呈



香川に在住している相馬ヨシエさんが平成26年3月に満100歳を迎えることを記念し、総理大臣からのお祝い状と銀杯が森利男町長より贈呈された。

森町長が「これからも長生きして元気に過ごしてください」と伝えると、相馬さんは「ありがとうございました」と恐縮そうに受け取っていた。

3メートル超えのひまわりにびっくり!



古丹別に在住の奥山啓史郎さん宅の庭に咲くひまわりが3・5メートルほどに成長し、周囲を驚かしている。

奥山さんは近所のお子さんよりいたいたひまわりの種を裏の庭に植えたところ「特に肥料も蒔かず、世話もそれほどしていないが、あれよあれよという間にこの大きさに成長した」とのこと。

奥山さんは「ここまできたらどこまで成長するか見てみたい」と笑いながら語った。

『文芸』

川柳

苫前川柳社

年重ね 予定はいつも 伸び伸びに
盆踊り 思い出おぼろ 淡い恋
伸びた髪 年金日までは 我慢する
星雲の 向こうに会いたい 人が居る
涼風に 歩数も伸びる 万歩計

苫前 小島 信子
苫前 斉数 範章
留萌市 芳賀 敏美
札幌市 関 武
苫前 鎌田 信夫

(文責・鎌田)

舞台公演『あとは野となれ山となれ』

出演：宇梶 剛士 竹下 景子 岸田 茜

日時：平成25年11月10日(日) 15時開演(14時30分開場)

場所：苫前町公民館

料金：一般 2,000円(当日2,500円)

高校生以下 1,000円(当日1,500円)

※未就学児の同伴・入場はご遠慮ください。

主催：とままえ舞台鑑賞友の会／苫前町／苫前町教育委員会
／北海道新聞社／北海道演劇財団

共催：(公財)北海道文化財団

後援：北海道／北海道教育委員会 助成：(財)地域創造

特別協力：STV札幌テレビ放送 ◎シアターネットかんげき共同開催事業

お問い合わせ先：苫前町公民館 ☎65-4076

前売チケット取り扱い店：

苫前町公民館、苫前町福祉センター、くすりの新光堂、セイコーマート古丹別、まさ亭、セイコーマートむらい、とままえ温泉ふわっと、旭屋書店、マツヤデンキ羽幌店、豊島理容院、吉崎レコード、留萌管内各市町村文化センター



町民フットサルフェスティバル

日時 11月9日(土) ①小中学生の部 開会式13時 ②一般の部 開会式18時
場所 苫前町スポーツセンター

チーム 5人で1チーム(チーム登録は10人まで可能) 参加料 1人100円

対象 ①小中学生の部：小学4年生から中学生 ②一般の部：高校生から一般成人
申込み 所定の申込書に参加料を添えて、10月31日(木)までにお申込ください。

申込書は、スポーツセンター又は苫前町公民館に備え付けてあります。



公民館フェスティバル開催について

皆さんの「学びの成果」が一堂に集まる公民館フェスティバルを次の日程で開催します。
楽しい催しがいっぱいありますのでぜひ皆様お誘い合わせのうえお気軽にご参加ください。
舞台発表や作品展示に出演、出品したい方は、公民館までお申し付けください。

期間 【舞台発表】10月27日(日) 開演予定14時

【作品展示】11月2日(土)～4日(月) 10時～17時

会場 苫前町公民館

内容 町民作品展、長島町作品交流展、子どもの作品展、図書室フェスティバル、人形劇、菊花展、創作体験、そのほかにもお楽しみがいっぱい！詳細は回覧でお知らせします。

文化協会・体育協会表彰と交流の集い

今年も文化活動と体育活動で功績のあった団体や個人を表彰する「表彰と交流の集い」が開催されます。
文化・体育活動発展のためご尽力された方々への功労を讃え、一緒にお祝いしませんか。

日時 11月15日(金) 19時～【予定】

場所 とままえ温泉ふわっと ふわっとホール

入場料 2,000円(食事付)

※送迎バス：苫前町公民館 18時30分発(復路：20時30分頃予定)



～あなたの学びを応援します～

苫前町公民館

電話 65-4076 FAX 65-3220

Email shakaikyoiku@town.tomamae.lg.jp

苫前町の健全化判断比率及び資金不足比率を公表します

地方公共団体の財政の健全化に関する法律第3条第1項及び第22条第1項の規定により、本町の平成24年度決算に基づく健全化判断比率及び資金不足比率について、次のとおり公表いたします。



健全化判断比率

各地方公共団体の財政状況を判断する基準として、次の4つの比率が設けられています。

(単位：%)

	健全化判断比率		早期健全化基準	財政再生基準
	H24比率	前年度比率		
実質赤字比率	—	—	15.00	20.00
連結実質赤字比率	—	—	20.00	40.00
実質公債費比率	12.1	14.2	25.0	35.0
将来負担比率	1.2	14.9	350.0	

(注) 実質赤字額又は連結実質赤字額がない場合及び実質公債費比率又は将来負担比率が算定されない場合、健全化判断比率は「—」で表示

【文中の用語解説】

- 実質赤字比率 = 一般会計等における実質赤字が標準財政規模に対してどれくらいの割合になっているかを表した比率です。
 - 連結実質赤字比率 = すべての会計を対象とした実質赤字（又は資金の不足額）の標準財政規模に対する比率です。
 - 実質公債費比率(3ヶ年平均) = 収入のうち、どのくらいの割合を借金返済に充てているかを表した比率です。
- ※当該比率が18%以上の市町村が地方債(借金)を借り入れる場合、都道府県知事の許可が必要となります。
- 将来負担比率 = 一般会計等が将来負担すべき実質的な負債が標準財政規模に対してどれくらいの割合になっているかを表した比率です。

平成24年度の比率を見ても「早期健全化」「財政再生」の両基準を下回っていることから、健全な財政運営が行われていることが、わかりますね？

資金不足比率

公営企業ごとの財政状況を判断する基準として設けられたもので、一定の基準を超えると経営健全化計画の策定が義務づけられます。

(単位：%)

	(H24)資金不足比率	(H23)資金不足比率	経営健全化基準
簡易水道事業特別会計	—	—	20.0
下水道事業特別会計	—	—	
風力発電事業特別会計	—	—	

(注) 資金不足額がない場合、資金不足の比率は「—」で表示

【文中の用語解説】

- 資金不足比率 = 公営企業ごとの資金不足(=赤字)がその公営企業の事業規模に対してどのくらいの割合になっているかを表した比率です。

上記の表を見てもいずれの比率も国の基準をクリアしており、苫前町の財政は健全性が保たれていると言えます。

「簡易水道事業」「下水道事業」「風力発電事業」の3事業とも資金不足がなく、「—」で表示されているので、健全な経営がされていることがわかりますね？

J A北海道厚生連 苫前厚生クリニックよりお知らせ

皮膚科 外来日は

10月：10月3日(木)、17日(木)、31日(木)
11月：11月14日(木)、28日(木)

大変混み合いますので、なるべく
事前の電話予約をお願いいたします。
不明な点がございましたら電話でお
気軽におたずね下さい。

(受付)

13時～16時15分

管理栄養士による「今日からあらためる食事療法・
なんでも相談」内科の予約診療です

10月：10月25日(金)
11月：11月22日(金)

毎月、管理栄養士が対応しま
す。医師の診察があります。

午前・午後とも予約制です。
ご希望の方は電話でお気軽におた
ずね下さい。



J A北海道厚生連 苫前厚生クリニック (☎ 65-3535)

今年も期間限定プレミアム地域振興券を販売

- 販売金額 1口10,000円で販売、12,000円分(500円券×12枚・
1,000円券×6枚)の地域振興券を発行
- 販売期間 平成25年11月11日(月)より完売次第終了
- 有効期限 平成25年11月11日(月)～平成26年2月15日(土)
- 販売場所 苫前町商工会・苫前町福祉センター(11月11日～15日)
- 利用範囲 商工会員店に限る(500円券に関しては、商店・飲食店・理美容店・サービス業のみ利用可能)
1,000円券に関しては、全業者にて利用可能。
- その他 地域振興券と現金との交換、米券、ビール券、図書券、町指定ゴミ袋などは利用できません。ま
た、地域振興券でおつりは支払われません。期限を過ぎての利用はできません。

1万円で2千円のお得!

本年より

1人当たりの購入金額は
最高3口 30,000円分
となりました。

(高齢者の先行販売はありません)

苫前町商工会

苫前町メール配信サービスへ登録を!

犯罪気象情報、学校情報、生活情報(イベント・
行事など)の3つから選択して情報を得ることがで
きる苫前町のメール配信サービス。

右のQRコードを携帯電話等で読
み取り、メール配信申込みを選択、
メールアドレスを登録するだけ。
パソコンで登録される際は次のUR
Lより登録をお願いします。



(<http://cous.mail-dpt.jp/tomamae/>)

●メール配信サービスの内容

- ・犯罪気象情報 → 警報や注意報のお知らせ、町
内での不審者情報など
- ・学校情報 → 学校での行事案内(参観日、運動
会・体育祭、学芸会・文化祭など)
- ・生活情報 → 町内で開催されるイベントや講座
などの行事案内

※ご不明な点は下記まで連絡をお願いします。

総務財政課交通防災係 (☎ 64-2211)

地域密着型サービス施設の利用状況について

苫前町字古丹別に設置されたグループホーム優芽の
利用状況についてお知らせします。なお、詳細は施設
(☎ 65-3013)へ直接お問い合わせ下さい。

●グループホーム(認知症対応型共同生活介護) 10/1現在

事業所名		事業所住所	
グループホーム優芽		苫前町字古丹別249-9	
ユニット数	定員	入居者数	空床
1	9名	9名	0床

保健福祉課しあわせ係 (☎ 64-2215)

北海道留萌農業改良普及センターが移転します

留萌農業改良普及センターは「オロロン農業協同組
合地域農業振興センター」の建設に伴い、この施設に
移転することとなりましたので、お知らせします。

移転後の住所

〒078-4106 羽幌町南6条2丁目16番地の4
オロロン農業協同組合地域農業振興センター内
北海道留萌農業改良普及センター
電話：0164-62-1779 FAX：0164-62-2474

北海道留萌農業改良普及センター



ファイヤー通信

秋の火災予防運動実施「消すまでは 心の警報 オンのまま」

たばこによる火災があとを絶ちません

たばこが原因の火災は毎年
多発しており、たばこの投げ
捨ては特に危険な行為です。
たばこは灰皿のある場所で
吸いましょう。



期 間

10月15日(火)
～ 31日(木)

ストーブの取扱いに注意

ストーブなどの暖房器具を
使用する時季を迎えました。
使用前には点検をしましょう。
またストーブの誤給油など
取扱には十分注意して下さい。



道立羽幌病院によるへき地巡回診療について

道立羽幌病院では、病院から遠くて通院にお困りの方のために、11月より巡回診療を始めることとなりました。(診療希望の方は電話で事前予約願います・インフルエンザ予防接種も事前予約で可能です・保険証を忘れずに持参下さい)

該当地区		実施日・時間	診療内容	薬	会計
九重 三溪	九重コミュニティセンター 三溪へき地保健福祉会館	毎月第3火曜日に交互14:30~15:30 (11/19九重・12/17三溪)	定期診療(再診)、 一般診療(初診)、 健康相談、血液 検査	処方箋を発行し、 本人が後日薬局 で処方してもら う	後日、庶務課よ り納入通知書が 郵送されます。
小川 東川	小川研修センター 東川町内会館	毎月第4木曜日に交互14:30~15:30 (11/28小川・12/26東川)			

※わからないことなどがありましたら、道立羽幌病院庶務課(☎62-6060)まで連絡をお願いします。

北海道立羽幌病院

秋さけ・ますの採捕には注意を!

~9月1日~10月31日は秋さけ・密漁防止月間~

- 海や川でのさけ・ますを違法に採捕すると法律や規則で罰せられます。
- さけ・ます釣りをを行う場合は、違反防止のため、北海道発行の「フィッシングルール2013ルール&マナー」を確認下さい。
- 密猟者を発見した場合は、右のところまで連絡をお願いします。



連絡先

北るもい漁協苫前支所 (☎64-2331)
役場農林水産課水産係 (☎64-2314)
羽幌警察署苫前駐在所 (☎64-2151)
留萌振興局水産係(☎0164-42-8472)

北海道シェイクアウト参加者募集!

「北海道シェイクアウト」とは、個人でも参加することができる時間もかからない大変シンプルな防災訓練で、参加者の防災意識や災害における危機予測能力の向上が期待できるものです。

北海道防災会議(事務局:北海道)では、道内在住の個人及び団体(学校、企業等)を対象に「北海道シェイクアウト」を実施しますので、防災意識を高めるため、日頃からの備えの一環として皆様の参加をお願いします。

参加内容

それぞれの場所で1分程度、①姿勢を低くし、②手や腕で首や頭部を守り、③揺れが収まるまでじっとする行動(安全運動の①-②-③)を実施します。

日時 平成25年10月29日(火) 午前9時

参加方法 参加費は無料です。参加には登録が必要となります。10月28日(月)までに専用Webサイト(<http://www.shakeout.jp>)にアクセスし、申し込みフォームから登録してください。

留萌振興局地域政策課(地域防災)(☎0164-42-8426)

苫前町の交通事故情報

平成25年9月の事故状況

発生件数	死者数	負傷者数
0件	0人	0人

平成25年9月未までの累計

発生件数	死者数	負傷者数
2件	0人	5人

交通事故死ゼロ日数は
9月30日現在で**624日**

風力発電の売電状況

(町営風来望3基分)

25年度の実績 **35,304,541円**
(H25.3~H25.9)

平成25年9月分の実績
供給電力量 **128,860 kWh**
2,429,011円
(昨年実績 **1,766,311円**)

10月 町税の納期

今月は、

町 道 民 税
国民健康保険税
介護保険料
後期高齢者医療保険料

の納入月です。

納期内納入にご協力願います。

謹んでお悔やみ申し上げます

氏名	年齢	死亡日	住所
石井 荻江	90歳	9月3日	苫前
榎本 秀雄	76歳	9月3日	古丹別
森田 フサ	92歳	9月6日	古丹別

末永くお幸せに

氏名(本)	住所	氏名(妻)	住所
工藤 主税	昭和	澤田 絵里子	羽幌町

ご成長をお祈り申し上げます

氏名	父/母	出生日	住所
地島 瑠風(長男)	千恵子	8/17	旭

戸籍の小箱

平和の鐘奉賛会へ
○古丹別 林 律子様

町遺族会へ
○古丹別 林 律子様

古丹別町内会へ
○古丹別 迫 田 美喜子様

町社会福祉協議会へ
○古丹別 迫 田 美喜子様

苫前町へ
○苫前 有限会社猪股石油店 様
○古丹別 齊 藤 浩 正 様

ご厚志に感謝します

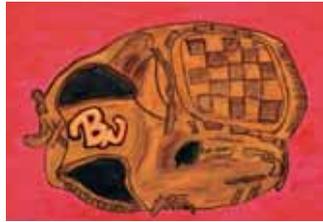
★ 古丹別中学校生徒の作品 ★

『ぼくの親友』

1年

工藤龍之介くん

絵を書くときに、グローブが一番かっこよく見える角度を気にしながら工夫して描きました。



『オレの相棒』

1年

田口凌太郎くん

グローブの色の濃いところや薄いところを上手く表現できました。ステッチの細かいところが難しかったです。



『古中バッグ』

1年

杉野 佳奈さん

本物に近づけるために、色を重ねてみました。生地感を出すのが難しかったです。



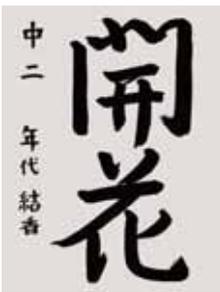
『開 花』

2年

年代 結香さん



全体のバランスと門構えの筆脈を上手に書くことができました。



『雲 海』

2年

鈴木 愛斗くん



文字のバランスがうまくいった。つながりを意識して納得のいく字が書けた。



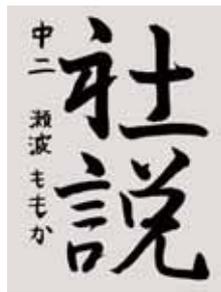
『社 説』

2年

瀬波ももかさん



つながりを意識して書くことが難しかったです。「ごんべん」が一番うまくできました。



『自画像』

3年

永井 星奈さん



色ぬりで影をつけるのが難しかったです。髪の毛を工夫して描きました。



『自画像』

3年

前川 幹也くん



色をぬるのが大変で時間がかかったけど、バランス良く描けたので、良かったです。



『自画像』

3年

伊藤 充洋くん



顔の部分の影のつけ方と黒を使わず黒をつくるのが難しかったです。



滝川軟式野球連盟会長杯中学校野球選抜選手権大会で苦前中・古丹別中がベスト8



9月21日(土)〜23日(月)に滝川市で開催された滝川軟式野球連盟会長杯中学校野球選抜選手権大会に出場した苦前中学校・古丹別中学校合同チームがベスト8に進出した。両チームは3年生が抜けた後、人数が足りないため合同チームを編成、留萌管内代表として出場するため練習を重ねてきた。1回戦では、昔別中学校と対戦、7回終了時点で3対3の同点により延長促進ルールで無死満塁からの攻撃で行われ、8回表にとつた1点を守りきり、4対3で勝利した。2回戦では、深川音江中学校と対戦、白熱する投手戦が繰り広げられたが、6回裏に音江中が1点を先制最終回に一打逆転のチャンスもあつたが、あと1本が出ず0対1で惜しくも敗退した。