



健康保険

駒ヶ根市に住民登録をされていて、勤務先の健康保険・共済組合などの医療保険に加入していない人は、駒ヶ根市の国民健康保険へ加入しなければなりません。

(1) 国民健康保険の手続き

次のようなときは、14日以内に市民課または各支所で手続きをしてください。

■国保にはいるとき

- 駒ヶ根市へ転入したとき

必要なものチェックリスト

- 個人番号がわかるもの
(マイナンバーカード・通知カード等)
- 本人確認のできる身分証明書

- 会社を退職したとき

必要なものチェックリスト

- 退職証明書または離職証明書
- 個人番号がわかるもの
(マイナンバーカード・通知カード等)
- 本人確認のできる身分証明書

- 他の保険の扶養からはずれたとき

必要なものチェックリスト

- 被扶養者認定除外証明書または社会保険資格喪失証明書
- 個人番号がわかるもの
(マイナンバーカード・通知カード等)
- 本人確認のできる身分証明書

- 生活保護を受けなくなったとき

必要なものチェックリスト

- 生活保護廃止決定通知書
- 個人番号がわかるもの
(マイナンバーカード・通知カード等)
- 本人確認のできる身分証明書

- 子どもが生まれたとき

必要なものチェックリスト

- 個人番号がわかるもの
(マイナンバーカード・通知カード等)
- 保険証 本人確認のできる身分証明書

■国保をやめるとき

- 駒ヶ根市から転出するとき

必要なものチェックリスト

- 個人番号がわかるもの
(マイナンバーカード・通知カード等)
- 保険証 本人確認のできる身分証明書

- 会社に就職したとき (扶養に入ったとき)

必要なものチェックリスト

- 個人番号がわかるもの
(マイナンバーカード・通知カード等)
- 国保の保険証 会社の保険証
- 本人確認のできる身分証明書

- 死亡したとき

必要なものチェックリスト

- 個人番号がわかるもの
(マイナンバーカード・通知カード等)
- 保険証 本人確認のできる身分証明書

■その他

- 退職者医療制度に該当したとき

必要なものチェックリスト

- 個人番号がわかるもの
(マイナンバーカード・通知カード等)
- 保険証 年金証書
- 本人確認のできる身分証明書

- 住所・氏名・世帯主等が変わったとき

必要なものチェックリスト

- 個人番号がわかるもの
(マイナンバーカード・通知カード等)
- 保険証 本人確認のできる身分証明書

広告

北村接骨院
駒ヶ根市赤須東8-5
☎0265-83-5384

施術時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前 8時~夜 12時半	○	○	○	○	○	○	○
午後 2時半~夜 7時	○	○	○	○	○	○	×

医療保険療養費申請ができます。ただし脱臼または骨折の申請については医師の同意が必要です。
柔道整復師、鍼師、灸師、按摩マッサージ指圧師

スポーツチャンバラ駒ヶ根支部
北村 豊:公認B級インストラクター/各種目審判員、医薬品登録販売者
所属:(認定)国際スポーツチャンバラ協会、(公社)日本スポーツチャンバラ協会、
長野県スポーツチャンバラ協会(公財)日本スポーツ協会加盟団体
練習日/毎週火曜日 19:00~21:00、駒ヶ根市武道館にて
お問合わせ/TEL:0265-83-5384 E-Mail/kitamura@sports-chanbara.jp

- 保険証を無くしたとき

必要なものチェックリスト

- 個人番号がわかるもの
(マイナンバーカード・通知カード等)
- 身分を証明するもの
- 本人確認のできる身分証明書

- 修学のため、他市町村へ住所を移したが、引き続き元の世帯で国保を継続するとき

必要なものチェックリスト

- 個人番号がわかるもの
(マイナンバーカード・通知カード等)
- 保険証 在学証明書原本
- 本人確認のできる身分証明書

交通事故にあったとき

交通事故・暴行・犬の咬傷等(第三者の行為)で被害を受け、国民健康保険で治療する場合は、必ず市民課国保医療係まで連絡してください。

(2) 退職者医療制度

国民健康保険の加入者で、下記の条件に該当する人は、退職者医療制度が適用されます。

被保険者(本人)の要件	<ul style="list-style-type: none"> • 65歳未満 • 年金受給者 • 公的年金(厚生年金等)の被保険者期間が20年以上、または40歳に達した月からの被保険者期間が10年以上の人 ※平成26年度以前に上記要件を満たし、かつ、その時期に国保資格を有していた者 ※平成27年4月以降の新規加入は原則としてありません。
被扶養者(扶養家族)の範囲	<ul style="list-style-type: none"> • 65歳未満 • 国民健康保険に加入している人 • 退職者被保険者本人の直系尊属・配偶者・三親等内の親族で同一世帯に属する人 • 年間収入が130万円未満の人

(3) 国民健康保険各種給付

療養の給付・療養費	医療機関にかかったときに保険証を提示すると、治療費の7割を国民健康保険が負担します(義務教育就学前は8割、後期高齢者医療保険該当者を除く70歳以上の人は8割または7割)。医師の指示により、治療用補装具(コルセットなど)を購入したときは、申請により保険給付分を支給します。
高額療養費	1か月に保険診療費として同じ病院(入院、外来別)や調剤薬局に支払った額が一定の額を超えると、申請によりその超えた額を支給します。または予め市役所に申請すると、一医療機関の窓口で支払うときの実際の負担額までとする限度額・減額適用認定証が交付されます。
出産育児一時金	国民健康保険の被保険者が出産したときに出産育児一時金(50万円)を支給します。(産科医療補償加入機関以外での出産の場合48.8万円)
葬祭費	国民健康保険の被保険者が死亡されたとき、葬祭費(5万円)を支給します。

(4) 後期高齢者医療

75歳(65歳以上で一定の障がいをお持ちの方は申請すると)になると、後期高齢者医療の受給資格を取得します。該当される人は、75歳の誕生日までに被保険者証を郵送いたします。医療機関等に受診するときは、必ず医療被保険者証を窓口に表示ください。ご自身で支払う医療費が1割・2割・3割のいずれかになります。

(5) 福祉医療費特別給付金(福祉医療)

駒ヶ根市に住民登録のある子ども・障がい者・母子・父子家庭および結核患者の人の医療費負担を軽減し、健康増進をはかるために医療費を支給する制度です。一部の障がい者で市外に住民登録がある方も対象になります。


福祉医療の受給対象者

子ども	0歳~18歳まで(所得制限なし)
障がい者	身体障害者手帳1~4級、療育手帳A1~B2、精神障害者保健福祉手帳1~3級を持っている人(所得制限あり。ただし、18歳到達年度の年度末までの人は所得制限なし。) ※18歳到達後の年度末以降の精神障がい者は通院のみ
母子・父子家庭	被扶養者18歳未満の母(父)子家庭の母(父)子、または父母のいない児童(所得制限あり)
結核患者	感染症の予防および感染症の患者に対する医療に関する法律第37条の2第1項の規定による医療費が支給される人が、通院した場合(所得制限あり)

(6) 貸付制度

福祉医療および高額療養費の受給者で、下記の条件に該当する人は医療費資金貸付制度が受けられます。

- 駒ヶ根市に3ヶ月以上続けて住民登録をしている人
 - 市税等に未納がないこと
 - 当該年度分の市県民税の非課税世帯(高額療養費相当額の貸付については均等割のみの課税世帯を含む)
 - 市長が特別の理由があると認める者
- 上記に該当し、医療費が高額で支払いが困難な者
- 貸付金額…高額療養費→高額療養費に相当する額の範囲以内
福祉医療費→医療機関での保険診療分
 - 貸付期間…3ヶ月以内
 - 利子……上記期間は無利子



大御食神社伝記によると、112年、日本武尊(やまとたけのみこと)が東国の蝦夷(えぞ)等を平定された帰路、信濃の国をお通りになり、赤津の里に立ち寄られました。

(次頁につづく)

後期高齢者医療制度



後期高齢者医療制度は、高齢者の心身の特性に応じた医療を提供し、その医療費を国民全体で支える、公平でわかりやすい制度とするために創設されました。

■後期高齢者医療制度の被保険者になる方

すべての75歳以上の方および65歳以上75歳未満の方で、一定の障がいがあり、加入を希望する方
※今まで加入していた健康保険からは脱退することになります。

■被保険者証について

- 保険証は、75歳の誕生日までに交付されます。
- 保険証は、毎年8月1日付けで定期更新されます。
- 保険証を紛失したり、破損した場合は再発行しますので、市役所国保医療係で手続きをしてください。

■医療機関にかかるときは

医療機関にかかるときは、所得の区分に応じて、かかった医療費の1割・2割・3割のいずれかを負担します。また、医療機関にかかるときは、必ず被保険者証を窓口に掲示してください。

■医療費が高額になったときは

1か月（同じ月内）の医療費の自己負担額が高額になった場合には、申請して認められると、自己負担限度額を超えた分が高額療養費として支給されます。

長野県後期高齢者医療広域連合から、高額療養費の対象となる方に通知がありますので、市役所市民課国保医療係、各支所または駒ヶ根駅市民サービスコーナーに申請書を提出してください。一度申請をすると、その後に該当する高額療養費は自動的に支給されます。

■限度額適用・標準負担額減額認定証

市民課国保医療係で交付の申請をしてください。

○市町村民税非課税世帯の方

入院または高額な外来診療を受ける際に「限度額適用・標準負担額減額認定証（減額認定証）」を提出することにより、窓口での支払いが入院したときの食事代、高額医療費における自己負担限度額について、低所得Ⅰ・Ⅱの区分が適用されます。

○「現役並みの所得者」で課税標準額が145万円から690万円未満までの方

「限度額適用認定証」に基づき、入院・外来診療時の自己負担限度額について、一定所得以上Ⅰ・Ⅱの区分が適用されます。

■特定疾病について

人工透析が必要な慢性腎不全など厚生労働大臣が指定する特定疾病に関しては、「特定疾病療養受療証」（申請により交付）を医療機関などの窓口に掲示すれば、同一月の同一医療機関の自己負担額は1万円までとなります。

■保険料の決まり方

保険料は被保険者全員が均等に負担する「均等割額」と、被保険者の所得に応じて負担する「所得割額」の合計額になります。

●一人当たりの保険料＝均等割額＋所得割額

■所得が低い方の軽減措置

所得が低い方は、保険料の「均等割額」が世帯内の被保険者と世帯主の前年の総所得金額等の合計額によって軽減されます。

制度加入前に、被用者保険（市町村国保・国保組合は対象外です）の被扶養者であった方は、制度加入から2年間は均等割額が5割軽減になり、所得割額の負担はありません。

■保険料の納め方

保険料は原則として年金からの天引き（特別徴収）になります。ただし、特別徴収の対象となる老齢基礎年金等が年額18万円未満の方、同時に特別徴収される介護保険料との合算額が特別徴収対象の年金額の2分の1を超える方など、一定の条件の方は特別徴収にはならず、納付書や口座振替で個別に納めます。

この時、首長であった赤津彦（阿智山祇別命（あちやまつみわけのみこと）の末裔（まつえい）は、御蔭杉の木の下に假宮（かりみや）を設け、立派な盾や鉾等を建てる等した上に、ご馳走を並べて日本武尊を迎えました。猟師や農民に、山の獣や山菜を、漁師には魚、里の人には果物や山菜を採らせ、様々な食べ物や大御湯（おおいでゆ）を差し上げました。

日本武尊は、赤津彦を称えて「あなたはこれから御食津彦（みけつひこ）」と言うようにと名をいただきました。128年、御食津彦は日本武尊が休憩された御蔭杉の下に、仮の宮を神殿に見立てて創建し、日本武尊を清い祭り「大御食の社」と名付けました。



世代ごとの福祉サービス

福祉や医療に関するサービスの一覧です。各事業については、それぞれのページをご覧ください。

※年代はおおむね	子ども (0歳～18歳)	成人 (19歳～64歳)
健康・医療に 関すること	出産支援 P72	
	乳児健診 P72	健康診断 P70
	福祉医療 P58	
	自立支援医療費（育成医療）支給 P64	自立支援医療費
	自立支援医療費（精神通院）支給 P64	
生活支援サービス	福祉サービス券交付 P62	
	障がい福祉サービス P64	
	補装具費・日常生活用具支給 P65	
	タイムケア P65	
	ファミリーサポート P78	
就労関係		生活就労支援
教育関係	放課後児童対策 P79	
手当に関すること	児童手当（～15歳まで） P74	
	児童扶養手当（～18歳まで） P74	
		障害基礎年金

広告

福祉 P111 F-3、P125 C-2、P130 B-3

社会福祉法人

駒ヶ根市社会福祉協議会

介護保険事業、障がい者福祉事業、地域福祉事業を通して住み慣れた地域で自分らしく幸せに暮らせることを目指しています。

■駒ヶ根市梨の木2-25
 ■TEL:0265-81-5900 ■FAX:0265-81-5745
 ■URL:<http://www.kmshakyo.org/> ■E-mail:kmshakyo@energy.ocn.ne.jp



 あり

成人
(19歳～64歳)

高齢者
(65歳～)

(更生医療) 支給 P64

介護保険サービス P68

(まいさぼ駒ヶ根) P81

シルバー人材センター P63

シニア大学 P63

(20歳～) P43

広告

福祉・介護支援 P107 D-3

小さな力 つながる・つながる 地域と私

NPO 法人
地域支え合いネット

住民の支え合いによる生活・移動支援や介護予防、認知症になっても安心して暮らせる地域作りを行っています

■駒ヶ根市中央3-5 アルバ2F ■TEL:0265-98-0940
■開設時間/10:00～17:00 ■休業日/日曜、祝日、お盆、年末年始
■URL:<https://c-sasaesai.net>
■Facebookもチェック「駒ヶ根市 地域支え合い」で検索



在宅福祉サービス



詳しくは
右のQRコードから



☎ 福祉課高齢福祉係 ☎83-2111(代) 内線316~318

主なサービスについて掲載します。介護度、手帳の等級等により受けられます。具体的な内容はお問い合わせください。

福祉サービス券の交付

	サービスの内容	主な対象者					
		高齢者 (65歳以上)	要介護者 (要支援者)	身体障害 者手帳	療育手帳	精神障害 者保健福 祉手帳	難病患者
福祉タクシー券	福祉タクシー券を交付します。 500円券を居住地区に応じて年間12~36枚交付。 【所得制限あり】	○	○	○	○	○	○
特殊寝台車福祉 タクシー券	寝たきりの方に対して特殊寝台利用タクシー券を交付します。 500円券を居住区に応じて年間40~180枚交付。		○	○			
割引タクシー券	福祉タクシー券および特殊寝台タクシー券の対象になる方に対して交付します。500円につき1枚使える割引券を交付。割引になる額や交付枚数は、居住区によって変わります。	○	○	○	○	○	○
福祉おむつ券	寝たきり・認知症等のため常時おむつを使用している方に対しておむつ券を交付します。 500円券を年間72枚まで。		○	○	○	○	
福祉介護用品券	寝たきり高齢者等で、介護用品に係る費用の負担を軽減します。 5,400円券を年12枚まで。【所得制限あり】		○				
訪問理美容券	寝たきり高齢者等への訪問理美容に対して、券を交付します。 出張1回につき2,000円券を年間4枚まで。		○				
マッサージ券	75歳以上で施術を必要な方に、マッサージ券を交付します。 1,200円券を年間2枚まで。	△					

激励金・助成金等

	対象者	給付額																
介護慰労金	家庭で6ヶ月以上継続して介護している者に対して、介護期間により慰労金を支給します。要介護3以上の寝たきりや認知症等、常時介護を要する者。 ※移行期間を設けて継続的に見直しを行っています。	年1回支給 <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>R4</th> <th>R5</th> <th>R6</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>5年未満</td> <td>5万円</td> <td>5万円</td> <td>5万円</td> </tr> <tr> <td>5年以上10年未満</td> <td>7万5,000円</td> <td>5万円</td> <td>5万円</td> </tr> <tr> <td>10年以上</td> <td>12万円</td> <td>8万5,000円</td> <td>5万円</td> </tr> </tbody> </table>		R4	R5	R6	5年未満	5万円	5万円	5万円	5年以上10年未満	7万5,000円	5万円	5万円	10年以上	12万円	8万5,000円	5万円
	R4	R5	R6															
5年未満	5万円	5万円	5万円															
5年以上10年未満	7万5,000円	5万円	5万円															
10年以上	12万円	8万5,000円	5万円															
激励金	市内に引き続き1年以上住所を有する方 ①一人暮らし高齢者（寝たきりまたは認知症） ②重度心身障がい者（1級またはA） ③難病患者（低Iまたは低II）	年1回支給 ①1人30,000円 ②1人15,000円 ③1人12,000円																
住宅整備補助	家庭介護の負担を軽減するため、住宅の段差解消や手すり取り付け等の改修を行った場合に補助します。【所得制限あり】 上限70万円（ただし自己負担分1割かかります）																	

広告

タクシー P107 D-4

丸八タクシー

安全・迅速・新設をモットーに走っております。
タクシー、ジャンボタクシー、小型バス他
貸切り、御予約等も承っております。
お気軽にお電話ください。【乗務員募集】

■駒ヶ根市中央4-5 ■伊南乗用自動車有限公司

TEL:0265-82-4177 FAX:0265-82-2253

タクシー P107 C-4

お客様に一番近い安心・安全のサービスを目指して

赤穂タクシー 有限会社

ユニバーサルデザインタクシー2台所有。
健常者の方ももちろん、高齢者、妊産婦、お子様連れ、
車椅子の方々にも乗降しやすく配慮されたタクシーです。

■駒ヶ根市中央17-18

TEL:0265-83-5221 FAX:0265-83-5222

■URL: <http://www.akaho-taxi.com/>
■随時乗務員募集中

高齢者のみのサービス

	サービスの内容	主な対象者	利用料・給付額等
生活指導 短期宿泊事業	特別養護老人ホーム等の空きベッドを活用して一時的に宿泊を支援し、生活習慣等の指導を行うとともに体調の調整を図ります。	虚弱な高齢者	利用料 1日当たり530円
配食サービス	虚弱な高齢者を対象に栄養バランスに配慮した食事を自宅に届けながら、安否確認を行います。治療食の提供も可能です。	一人暮らし高齢者または 高齢者二世帯など	利用料 1食500円 治療食550円
日常生活用具貸与	虚弱な高齢者等の身体機能の低下防止と在宅での一時的介護を支援するため、日常生活用具を貸与します。	虚弱な高齢者 ※介護認定者は対象外	利用料（月額） 車いす500円
一人暮らし高齢者 緊急通報システム	緊急事態が発生した場合に、ペンダント式無線機により関係者や消防署への通報を24時間体制で支援します。	一人暮らし高齢者	通話料・電気代は自己負担。 利用者負担は利用料の15%
緊急宿泊支援事業	介護者の急病などで一時的に家庭で介護を受けることができない場合に、通所施設が自主事業として行う宿泊サービスの利用料の一部を助成します。	在宅の介護認定者	一定要件を満たした通所施設 宿泊利用料の80% (限度額4,000円)
救急医療情報キット の配布	一人暮らし高齢者の在宅生活の不安の解消と、緊急時の対応をスムーズに行うため、緊急連絡先やかかりつけ医師等を記入したシートを入れておく専用保管容器を配布します。	一人暮らし高齢者	無料

■シルバー人材センター

高齢者が仕事を通じて社会参加することによって、自らの健康や生きがいの充実を図り、地域社会の発展に寄与することを目的としています。

■シニア大学

会場：いなっせ／年15日（4時間）／2年間

社会参加活動のきっかけをつかみ、卒業後、地域社会の一員としての自覚をもって地域とかかわることができる人材育成を目指しています。

医療費控除制度 を活用しよう

医療

これは控除
される？されない？

医療費控除○×まるわかり

※下記は一例です。詳しくは各医療機関でお問い合わせください。

○ 医療費控除されるもの

- ・病院、歯科の治療費、薬代
- ・薬局で購入した市販の風邪薬代
- ・介護老人保健施設等で受けたサービス費用
- ・入院時の部屋代、食事代
- ・出産の入院費
- ・病院までの交通費

× 医療費が控除されないもの

- ・入院中の出前や外食での食事代
- ・入院用寝間着・洗面具の購入費用
- ・医師や看護師に対するお礼代
- ・美容目的の歯列矯正費用
- ・里帰り出産のために帰省する交通費
- ・ダイエットのための低カロリー食品購入費

参考／国税庁ホームページ (<https://www.nta.go.jp/taxes/shiraberu/taxanswer/shotoku/1120.htm>)

障がい福祉サービス



詳しくは
右のQRコードから



☎ 福祉課障がい福祉係 ☎83-2111 内線315

★主なサービスについて掲載しています。障がいの内容、等級により受けられるサービスが異なりますので、具体的な内容は、お問い合わせください。

表示の説明 身…身体障がい者／知…知的障がい者／精…精神障がい者／難…難病患者／児…児童

★問い合わせ窓口は、特に表示のないものについては、福祉課です。

手帳制度

1 身体障害者手帳 身

身体障害者手帳は、身体に障がいのある方が、様々な福祉施策を利用するために必要な手帳です。障がいの程度によって、1級～6級に区分されます。

必要書類

- 申請書
- 写真
- 指定医の診断書

2 療育手帳 知

療育手帳は、知的障がいのある方が一貫した療育・援助を受け、様々な福祉施策を受けやすくすることを目的としたものです。障がいの程度によって、A1、A2、B1、B2に区分されます。

必要書類

- 申請書
- 写真
- (診断書)

3 精神障害者保健福祉手帳 精

精神障害者保健福祉手帳は、一定の精神障がいを持つ方が様々な福祉的支援策を受けやすくすることを目的としたものです。精神障がいのために長期にわたり日常生活または社会生活への制約がある方を対象としています。障がいの程度によって、1級～3級に区分されます。2年に1回更新の手続きが必要です。

必要書類

- 申請書
- 写真
- 医師の診断書または障害年金証書の写しおよび同意書

広告

放課後等デイサービス P112 C-2

放課後等デイサービス タイム

お子様の ・発達遅れが気になる… ・学校の授業についていけない…
・一般の塾で受入を断られた…など ・ご家族だけで悩まずにご相談ください。

■運営法人:株式会社シード
■胸ヶ根市赤穂10824
■TEL:0265-98-8581
■FAX:0265-98-8582

自立支援サービス、地域生活支援サービス等

4 自立支援給付 身 知 精 難 児

障がい者が地域で自立した生活を送ることができるよう、障がいの種別等に関わりなく必要なサービスが受けられる制度です。サービスにかかった費用のうち一部を利用者が負担しますが、所得状況等により利用者負担額の上限月額が設定されます。

【介護給付】…居宅介護(ホームヘルプ)、短期入所(ショートステイ)等

【訓練等給付】…共同生活援助(グループホーム)、就労継続支援(A型・B型)等

【児童支援給付】…放課後等デイサービス、児童発達支援

必要書類

- 申請書

5 自立支援医療(更生医療・育成医療) 身

身体上の障がいを除去したり、障がいの程度を軽くしたりするために必要な医療を受ける制度です。かかった医療費のうち一部を利用者が負担しますが、所得状況等により利用者負担額の上限月額が設定されます。障がいの対象や指定医療機関が決まっていますのでご相談ください。

必要書類

- 申請書
- 医師の診断書
- 同意書など

6 自立支援医療(精神通院医療) 精

精神科の病気で通院する際にかかった医療費について、自己負担を軽減する制度です。かかった医療費のうち一部を利用者が負担しますが、所得状況等により利用者負担額の上限月額が設定されます。毎年更新の手続きが必要です。

必要書類

- 申請書
- 診断書
- 健康保険被保険者証
- 所得証明書類

7 補装具費の支給 **身 難**

身体の失われた機能を補って、日常生活や社会生活を容易にするために、補装具費を支給します。品目によっては更生相談所の判定が必要になります。補装具にかかる費用の9割を償還払いにより支給します。品目ごとに価格上限があります。また、利用者の負担上限額もあります。

【補装具の例】盲人安全つえ、補聴器、義肢、車いすなど

必要書類

- 申請書
- 指定医の意見書
- 見積書
- 同意書など

8 日常生活用具の給付 **身 知 難**

重度身体障がい者（児）および知的障がい者（児）難病者に対し、日常生活を容易にするため、ストマ用装具、時計（盲人用）、ベッドなどの日常生活用具を給付します。品目ごとに価格上限があります。また、利用者の負担上限額もあります。

必要書類

- 申請書
- 見積書
- 同意書など

9 住宅改修補助 **身**

65歳未満の身体障がい者が家庭において自立した生活ができるよう、また家庭での介護を容易にする目的で、段差の解消、便所・浴室・居室等の改造・改良・改善等を行う場合、一定額の補助をします。身体障害者手帳の等級、世帯所得状況により適用条件があります。補助上限700,000円以内で、1割は自己負担となります。

必要書類

- 申請書
- 見積書
- 同意書など

10 タイムケア **身 知 精 児**

在宅の重度心身障がい者（児）の介護者が、一時的に家庭で介護できないときに登録介護者が障がい者を介護します。利用時間は年間300時間以内です。飲食代等実費については自己負担となります。

必要書類

- 申請書
- 利用者状況表
- 誓約書

市で実施しているサービス券・激励金等**11 福祉タクシー券の交付** **身 知 精 難**

重度の障がい者・難病患者を対象に、通院などのためのタクシー代を助成します。500円券を居住地区に応じて12～36枚交付。

【次のいずれかに該当される方】

- ①身体障害者手帳1級、2級
- ②身体障害者手帳3級（視覚、平衡機能、下肢、体幹、呼吸器機能障がい）
- ③身体障害者手帳3級で自身および家族による交通手段がない方
- ④療育手帳所持者
- ⑤精神保健福祉手帳所持者で自身および家族による交通手段がない方
- ⑥特定医療費（指定難病）受給者証をお持ちの方または関節リウマチ患者で、自身若しくは家族による交通手段がない方

必要書類

- 申請書
- 障害者手帳または特定医療費（指定難病）受給者証

12 特殊寝台車福祉タクシー券の交付 **身**

身体障害者手帳1、2級の方で、特殊寝台車以外の自動車に乗車することが困難な方に対して交付します。500円券を居住地区に応じて50～150枚交付。

必要書類

- 申請書
- 障害者手帳

広告

障がい者福祉 P118 A-1

ご利用者様へ心をこめた福祉サービスを提供します。

社会福祉法人りんどう信濃会

当法人は悠生寮グループとして、県下6ヶ所で入所生活介護他の障がい福祉サービスを提供しています。福祉サービス利用、職員採用等について、お気軽にご相談ください。

■駒ヶ根市赤穂太田切16398-152
TEL:0265-82-4435 FAX:0265-96-7440
■営業時間/8:30~17:15 ■定休日/土曜、日曜、祝日
■URL: <http://www.rindousinanokai.jp> ■E-mail: honbu@rindou.hp

Pあり

13 割引タクシー券の交付 身 知 精 難

福祉タクシー券および特殊寝台タクシー券の対象になる方に対して交付します。居住地区に応じて交付枚数および1枚の金額が異なります。

必要書類

- 申請書
- 障害者手帳または特定医療費(指定難病)受給者証

14 おむつ券の交付 身 知 精

常時おむつを必要とする障がい者が、おむつを購入等するときの助成として、おむつ件を交付します。500円券を年間72枚交付。

【3歳以上の在宅の心身障がい者で、次のいずれかに該当し常時おむつを必要とされる方】

- ①身体障害者手帳1級(体幹、下肢、移動機能障がいに限る)
- ②身体障害者手帳2級(体幹、下肢、移動機能障がいに限る)
- ③身体障害者手帳3級(平衡機能障がいに限る)
- ④療育手帳A1、A2
- ⑤精神障害者保健福祉手帳1級

※布おむつのリースも対象になります。

対象業者：コーベビー長野営業所 ☎36-4708

必要書類

- 申請書
- 障害者手帳

15 障害者激励金 身 知 精

重度心身障がい者に対し、激励金を支給します(対象となる等級は決まっています。)。支給月は毎年12月です。

必要書類

- 申請書
- 障害者手帳

16 難病患者等激励金 難

難病患者に対し、激励金が支給されます(市内に引き続き1年以上の住所を有する方、所得制限あり)。支給月は12月頃で年1回です。

必要書類

- 申請書
- 特定医療費(指定難病)受給者証

長野県で取り組んでいる制度

17 信州パーキングパーミット制度(障がい者専用駐車場利用証の交付) 身 知 精 難

障がい者等専用駐車場の適正な利用のため、歩行困難な方を対象に県内共通の利用証を交付します。歩行困難な方は障がい者以外に介護保険を利用する高齢者や妊産婦なども含まれます。

必要書類

- 申請書
- 障害者手帳または特定医療費(指定難病)受給者証

18 ヘルプマーク 身 知 精 難 児

周囲の方に援助や配慮が必要であることを知ってもらうために県でヘルプマークを配布しています。配慮等が必要なことについて、特に必要書類等はありませんが、窓口等でヘルプマークが必要な理由を確認させていただきます。

窓口：駒ヶ根市福祉課

長野県ホームページにも紹介あり

19 ヘルプカード 身 知 精 難 児

ヘルプカードにはかかりつけの病院や緊急連絡先、お願いしたいこと等を記載する欄があります。障がいのある方が持ち歩くことにより、災害時や緊急時など、周囲の人に手助けを求めたいときなどにカードを使い、その場にいる方に適切な情報を伝えることを目的としています。長野県ホームページよりダウンロードができます。

各種機関や国による割引・免除サービス

20 温水プールの利用 身 知 精

障がいのある方が楽しみながら水中歩行をしたり各種泳法を習得したり、仲間との交流を深めることができるよう、長野県看護大学内の温水プールが無料で利用できます。利用の際に、手帳を提示してください。

窓口：障がい者スポーツ支援センター駒ヶ根

「サンスポーツ駒ヶ根」 ☎82-2901

21 運賃等の割引 身 知 精

鉄道、バス、タクシー、航空旅客運賃が割引されます(高速バスは身体障がい者の方のみ対象です。)。各交通機関利用の際に、手帳を提示してください。

窓口：各交通機関窓口

22 有料道路の割引 身 知

有料道路・高速道路等の通行料金が割引になります（半額割引）。**あらかじめ福祉課窓口で登録手続きが必要です。**

※身…障害種別の違いにより対象者の範囲が違います。

- 1種…本人または介護者による運転の場合に割引
- 2種…本人による運転のみ割引

※知…障害程度がA1、A2の方が対象となります。

窓口：有料道路ETC割引登録係 ☎045-477-1233

必要書類

- 申請書
- 障害者手帳
- 車検証

※ETC使用の場合は、ETCカード（本人名義）・車載器管理番号がわかるものも必要です。

23 NHK受信料の減免・免除 身 知 精

NHK受信料が半額または全額免除になります。**あらかじめ福祉課窓口での証明が必要です。**障害程度等により減免・免除の対象が異なります。

窓口：NHK視聴者コールセンター

☎0570-077-077

必要書類

- 障害者手帳
- 印鑑

24 国税の控除、非課税 身 知 精

障がいの程度に応じて所得控除、非課税の対象となります。

①所得税…税額の計算の基礎となる所得から所得控除（障害者控除（本人・扶養））として一定額が控除されます。

②相続税…相続人が障がい者である場合、相続税額から一定額が控除されます。

③消費税…一定の身体障がい者用物品（義肢、装具、補聴器、車いす等）の譲渡、貸付等が非課税となっています。

④利子等非課税（障がい者マル優）…元本350万円を限度として利子等が非課税になります。

窓口：①②③…伊那税務署 ☎72-2172

④…金融機関、証券会社など

25 地方税の控除、非課税 身 知 精

障がいの程度に応じて所得控除、非課税の対象となります。

⑤市県民税…税額の計算の基礎となる所得から所得控除（障害者控除（本人・扶養））として一定額が控除されます。

⑥軽自動車税…障がい者や障がい者と生計を一にする方が所得（取得）する軽自動車などで、一定の要件を満たすものについては、自動車税・自動車取得税の減免を受けることができます。

⑦個人事業税…重度視覚障がい者が行う、あんま、指圧、はり、きゅう、マッサージその他の医業に類する事業は非課税となっています。

⑧自動車税（普通自動車）・自動車取得税…障がい者や障がい者と生計を一にする方が所得（取得）する軽自動車などで、一定の要件を満たすものについては、自動車税・自動車取得税の減免を受けることができます。

窓口：⑤⑥…市役所税務課

⑦⑧…南信県税事務所

☎76-6805（伊那合同庁舎）

福祉・保健の団体、関係機関の連絡先

団体名	内 容	活動場所 連 絡 先
手をつなぐ 育成会	知的障がい者本人や、保護者の日常生活の情報交換と交流を図ります。	高砂園 ☎82-2012
肢体不自由児者 父母の会	肢体不自由児の父母による日常生活の情報交換と交流を図ります。	
精神障害者 家族会 (やすらぎの会)	精神障がい者を抱える家族に、悩み不安を共有できる場を提供します。	保健センター ☎83-2111 内線337 (地域保健課)
駒見断酒会	アルコール依存症に悩む家族と本人のための会です。毎週火曜日福祉センターにて開催。	

名称	所在地	電話番号
伊那保健福祉事務所	伊那市大字伊那3497 伊那合同庁舎	総務課 76-6835 福祉課 76-6810
飯田児童相談所	飯田市大瀬木1107-54	0265-25-8300
上伊那圏域障がい者 総合支援センター きらりあ	上伊那郡南箕輪村6451-1	74-5627
上伊那成年後見 センター	伊那市山寺298-1 伊那市社会福祉協議会	96-8008

介護保険



詳しくは
右のQRコードから



☎ 福祉課高齢福祉係 ☎83-2111(代) 内線316~318

介護保険

介護保険は、公的保険制度で、加入者は全国の40歳以上の人全員です。

(1) 資格

駒ヶ根市に住所のある次の人は駒ヶ根市の介護保険に加入しなければなりません。

第1号被保険者	65歳以上の人全員
第2号被保険者	40歳から64歳で医療保険に加入している人

〈居住地の特例〉

介護サービスを受けるために他市町村から駒ヶ根市の住所地特例施設（特別養護老人ホーム、ケアハウス等）に住所を変更した場合は、今まで住んでいた市町村の被保険者となります。

(2) 介護保険の被保険者証

65歳以上の人全員に交付されます。新しく65歳になる人は、65歳になる月に交付されます。40歳から64歳の人は、介護認定を受けた人だけに交付されます。交付されたら次の点に注意し大切に保管してください。

- 保険証の記載事項に間違いがあった場合は、市役所福祉課まで届出をしてください。
- 介護サービスを利用しようとするときは、保険証を添えて福祉課へ申請をし、要介護（要支援）認定を受ける必要があります。
- 介護サービスを利用するときは、サービス提供機関に提出してください。

65歳以上の人で次のようなときは、14日以内に介護保険被保険者証を添えて市役所の市民課へ届出をしてください。

- 駒ヶ根市から転出するとき
 - 住所、氏名や世帯に変更があるとき
 - 65歳以上の家族が亡くなられたとき
- 保険証を紛失したり、汚したりして使えなくなったときは福祉課へお申し出ください。

(3) 保険料

65歳以上	被保険者の所得等に応じて駒ヶ根市で決め、転入された翌月に納入通知書を送付します。介護保険料の年金からの天引きは、日本年金機構との事務手続きに時間がかかるため、しばらくの間はご自分で納める方法になります。なるべく便利で確実な口座振替納付にご協力ください。また、前住所地の市区町村の保険料が年金から天引きされていた場合、その天引きを停止するのに3ヶ月ほどかかりますので、転入されてからも4ヶ月ぐらいは年金から天引きされることがあります。この保険料は前住所地の保険料であり、前住所地の市町村から後日還付されます。
40歳～64歳の人	加入している医療保険ごとに定められた算定方法により決められ、医療保険の保険料に含まれることになります。

(4) 要介護認定を受けている人

■ 転入してきた場合

要介護認定を受けていて駒ヶ根市に転入してきた人は、前住所地の市区町村で渡された受給資格証明書を14日以内に駒ヶ根市役所の福祉課まで持参してください。

■ 駒ヶ根市から転出する場合

要介護認定を受けていて駒ヶ根市から転出する場合は、市民課に異動の手続きをしたあとに福祉課にて発行される受給資格証明書を転出先市区町村の担当窓口へ14日以内に提出してください。

(5) その他制度

介護保険には次のような制度があります。

■ 高額介護サービス費

支払った自己負担額が一定の限度額を超えた場合は、超えた分が払い戻されます（申請が必要となりますが、市からお知らせします。）。

広告

総合的な地域福祉事業 P116 B-5, P124 A-1

地域の絆と あたためたい福祉を創ります

社会福祉法人 伊南福祉会

特別養護老人ホーム 観成園
老人保健施設 フラワーハイツ
救護施設 順天寮
伊南訪問看護ステーション、療養通所介護
指定共同生活援助事業所 南天

■駒ヶ根市赤穂3249-4
TEL: 0265-81-4070
■URL: <https://inanfukushi.or.jp/>



建具、家具 P125 C-1

一級技能士の店

木製建具・家具 唐澤建具店

戸の動きを良くしたり、スキマを調整するだけでストレス解消！
修理や新調で気分一新！バリアフリー対応。

■駒ヶ根市赤穂8778-10（十二天の森 東）
TEL: 0265-83-2900 FAX: 0265-82-3999
■E-mail: woodwork@cek.ne.jp
■一級建具製作技能士 2名

■その他

介護保険のサービス利用、サービスの利用負担などについて、駒ヶ根市独自の制度により様々な支援を実施しています。詳細については、福祉課までお問い合わせください。

介護関連施設

名称	住所	電話番号	地図ページ
駒ヶ根市社会福祉協議会	梨の木2-25	81-5900	P111 F-3

■施設サービスおよび通所サービス型

名称	住所	電話番号	地図ページ
エーデルこまがね	赤穂14421-1	82-8821	P122 B-5
花の道	赤穂16621-5	81-8171	P124 A-3
ゆりかご	赤穂9194-10	82-5515	P125 D-2
フラワーハイツ	赤穂3249-4	81-4070	P116 B-5
こまちの家	下市場32-3	82-8010	P113 D-3

■通所サービス型

名称	住所	電話番号	地図ページ
大原こだま園	赤穂14-364	83-6986	P125 C-2
竜東やまびこ園	中沢12076-1	83-5060	P130 B-3
あい介護祥風	赤穂1131-1	81-8283	P116 B-2
きどころ宅幼老所	北町31番4号	81-6173	P109 E-2
こまネット 梨の木	梨の木15613-5	83-6976	P111 F-3
こまネット 東伊那	東伊那2395-1	83-7131	P128 B-5
宅幼老所 こころ	中沢2462	81-1502	P130 B-4
宅幼老所 アルプスの郷いすず	赤穂2789	83-0833	P116 B-5
サポートハウス ぽぷり	赤穂24-54	82-1651	P126 B-1
サポートハウス 悠々	飯坂1丁目17番12号	96-0556	P118 A-4
通所リハビリこもれびの家	赤穂14632-4	82-7710	P109 F-3
およりに森庵	中沢3417-2	98-0940	P130 A-3

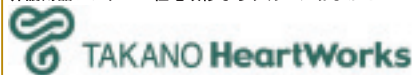
■施設サービス型（短期入所含）

名称	住所	電話番号	地図ページ
千寿園	赤穂8180-12	83-7036	P124 A-1
観成園	赤穂3214-1	83-1611	P116 B-5
かがやき	赤穂14-892	98-7583	P124 B-3
グループホームゆりかご駒ヶ根	赤穂9194-10	82-5515	P125 D-2
グループホームたのしや駒ヶ根	赤穂4492-1	82-5353	P110 A-5

広告

健康、介護用品のお店 P105 D-2

介護用品レンタル・住宅改修ならタカノにおまかせ



介護ベッド、車いす、入浴用品、生活用品など福祉用具のレンタル・販売から、手すり、段差の解消など住宅改修まで、介護用品のことならなんでもお任せください。

■上伊那郡宮田村359-5
 ■TEL:0265-85-5117 ■FAX:0265-85-5230 [Free]0120-85-5230
 ■営業時間/平日9:00~19:00 土曜、日曜、祝日9:00~17:00
 ■定休日/12月31日~1月3日、8月14日~16日

P あり(10台)

医療、介護 P125 D-2

医療・介護の連携で安心な生活をおつだい

医療法人ゆりかご **総合ケアセンターゆりかご**



一人での生活に不安がある方から介護が必要な方まで、それぞれの方のステージにあわせてすまいの提案をさせていただきます。お気軽にお問い合わせください。

■駒ヶ根市赤穂9194-10

TEL:0265-82-1140 FAX:0265-82-5554

■営業時間/24時間 ■定休日/年中無休

■URL:http://www.yurikago.or.jp

P あり

健康づくり



詳しくは
右のQRコードから



☎ 地域保健課 ☎ 83-2111(代) 内線331~337

(1) 健康診断

健康診断については上記にお問い合わせください。

■健診および検診項目

生活習慣病 予防健診	特定健康診査、若年者健診、後期高齢者健診
がん検診	胃がん、大腸がん、肺がん、前立腺がん、子宮頸がん、乳がん
その他	結核検診（対象は65歳以上のみ）、肝炎ウイルス検査、成人歯科健診
人間ドック 費用補助	40歳以上駒ヶ根市国保加入者、後期高齢者医療保険加入者

(2) 相談

■からだところの健康相談

病気や栄養、健康づくり、こころの悩みなどについて、保健師、管理栄養士が随時相談に応じます。お気軽にご相談ください。

■こころの健康相談日

専門医にこころの悩み（最近眠れない、ひきこもりの家族がいる、認知症についてなど）を相談できます。年6回行っており、1人あたり30分の相談、無料で完全予約制です。

■心理士相談

こころの健康に関すること、ひきこもり、職場の人間関係等について、心理士に相談できます。1人あたり60分の相談、無料で完全予約制です。

(3) 健康教室

栄養、運動に関する出前講座などの支援を行っています。講座の時間、内容等をご希望に合わせてご相談に応じます。

(4) 高齢者の予防接種

インフルエンザと高齢者用肺炎球菌ワクチンの予防接種について補助をしています。それぞれ対象となる人には、市からお知らせします。

インフルエンザの 対象者	65歳以上の人、心臓等の内部疾患機能障害のある身体障害者手帳1級で60歳以上の人など
高齢者用肺炎球菌 ワクチンの対象者	今までに肺炎球菌ワクチンを接種したことがない人で、65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳の人、心臓等の内部疾患機能障害のある身体障害者手帳1級で60歳以上65歳未満の人など

(5) 地域における健康づくり

■保健補導員活動

- 保健補導員は、各地区から選出され、2年の任期で健康づくり活動を行っています。
- まず自ら健康についての知識をつけて、実践し、その知識・大切さを家族や地域へ広めています。
- 活動内容は各地区様々ですが、研修会への参加、保健補導員だよりの発行、各地区行事に合わせて健康教育等を行っています。

■食生活改善推進協議会（食改）駒ヶ根協議会

- “私たちの健康は私たちの手で”をモットーとしている食をとおした健康づくりのボランティア団体です。
- 調理実習を通して健康的な献立を学び、地域へ広げています。
- 健康について座学や調理実習を通して学んでいます。赤ちゃんから高齢者までの生涯にわたり、食生活の大切さ、作る楽しさを地域に広めようと活動中。健康に興味のある方、一緒に活動してくれる方、大募集!! ご連絡ください。

広告

大正琴 製造・販売・教室 P124 B-2

公益社団法人大正琴協会 最多正会員数

琴伝流大正琴全国普及会

忘れていませんか？心の健康。
琴伝流のキーワードは「いつもワクワク」。
大正琴のアンサンブルで、生涯の趣味、生涯の友を見つけましょう。

■駒ヶ根市赤穂14-545

TEL:0265-81-7500 FAX:0265-81-7400

■営業時間/8:10~17:10 ■定休日/日曜、祝日、第2・第4土曜

■URL:<https://kindenryu.co.jp> ■E-mail:info@kindenryu.co.jp



こまがね健康ステーション



☎こまがね健康ステーション事務局 ☎98-8658

健康ステーション利用の流れ



※活動量計は事務局で受付後、個人設定をしてお渡します。

登録対象者

市民または駒ヶ根市内の医療機関に定期的に通院されている方

登録方法

登録用紙は、お近くの健康ステーションにあります。
登録用紙を専用封筒（送料無料）に入れて、ポストに投函していただくか、事務局までお持ちください。

設置場所

市内23箇所に健康ステーションが設置されています。
健康ステーションで活動量計をかざすと、直近30日および過去12ヶ月の平均歩数と中強度活動時間をみることができます。

医療機関	秋城医院、神戸医院、こまちや東内科クリニック、須田医院、高山内科クリニック、中谷内科医院、まえやま内科胃腸科クリニック、前澤外科内科クリニック、昭和伊南総合病院（1階外来Bブロック奥）、つちかね整形外科クリニック、山村眼科整形外科
薬局	アイルニコニコ薬局、上穂みなみ薬局、サンロード小町屋薬局、ドレミファ薬局、やじま薬局
地域拠点A	駒ヶ根市役所中沢支所、駒ヶ根市役所東伊那支所、ゴッチャ！ウェルネス駒ヶ根
地域拠点B※	図書館、バルシャイン駒ヶ根店、Flat-K（運動施設）、AFAS伊南（運動施設）

※地域拠点Bで活動量計をかざされた方には、メールまたは郵送（年4回）で結果をお知らせします。

登録費用

3,000円（税別）

登録後の費用

登録時にキット一式をご購入いただくと、それ以降、毎月の利用料は発生しません。

半年～1年の間にボタン電池の交換が必要になります。ボタン電池（CR2032）は市販されています。

実践のポイント

- ①まずは自分の歩数と中強度活動時間を知りましょう！
- ②そして自分にあった目標歩数を決めましょう！
- ③大事なことは「外出する」ことです！
- ④歩く時間帯は朝より夕方がオススメです！寝つきが良くなります。
- ⑤設定した目標値を毎日達成する必要はありません！
1週間、1ヶ月、3ヶ月（季節ごと）の単位で、平均歩数と中強度活動時間が目標値に達していればOKです。最終的に1年間で帳尻を合わせることができれば合格です。
- ⑥無理をせず自分のペースで長く続けることが健康長寿の秘訣です！

こまがね健康ステーション事務局

ゴッチャ！ウェルネス駒ヶ根内（銀座通り）
午前10時～午後9時（土日・祝日は午後7時まで）
定休日：第2・4木曜日ほか

広告

夢クラブ しらかば
信州カウンセリングセンター
おもちゃ部・カウンセリング部・福祉部

木のおもちゃ・カウンセリング・就労支援
すべては「希望」でつながっている

駒ヶ根市中央4-16（広小路商店街駒ヶ根駅前すぐ）
TEL(0265)83-3753 FAX(0265)83-3836
定休日/月曜日 夢倶楽部 しらかば 検索