

## 後期高齢医療保険料仮徴収のお知らせ

問 駅南庁舎保険年金課 ☎ 0857-20-3487 ☎ 0857-20-3407

後期高齢者医療保険料を年金天引き（特別徴収）する人の仮徴収が4月から始まります。

特別徴収の人の保険料は、年金支払月である偶数月ごとに年6回に分けて納付していただきますが、保険料は前年所得をもとに計算するため、前年所得が確定する7月にならないと年間保険料が決定できません。このため、今年2月の年金天引き額と同額を、4・6・8月の支給年金から徴収（仮徴収）させていただきます。このため、今年2月の年金天引き額と同額を、4・6・8月の支給年金から徴収（仮徴収）させていただきます。10・12・2月の3回に分けて納めていただきます。

また、新たに被保険者となった人（75歳到達や転入など）の仮徴収の開始時期は、資格取得時期によって右表のとおりとなり、それまでの間は送付する納付書で支払っていただくことになります。なお、仮徴収額は平成29年分所得をもとに計算します。

（注1）保険料が年金天引きとなる人は、老齢・障害・遺族年金などが年額18万円（月額15000円）以上で、介護保険料が年金天引きされており、後期高齢者医療保険料と介護保険料の合計額が年金額の2分の1以下の人です。

（注2）納付方法を口座振替に変更することも可能です。なお、国民健康保険料を口座振替にしていた人であっても、後期高齢者医療保険料の口座振替手続きが新たに必要になります。

（注3）新たに仮徴収される被保険者のみなさんの仮徴収額通知は、開始時期に応じて次のとおりとなります。

- ・平成31年4月開始の人 3月中旬発送
- ・平成31年6月開始の人 5月中旬発送
- ・平成31年8月開始の人 7月中旬発送

75歳到達日・転入日など	仮徴収(特別徴収)開始時期
平成30年6月1日～10月2日	平成31年4月
平成30年10月3日～12月2日	平成31年6月
平成30年12月3日～平成31年2月2日	平成31年8月
平成31年2月3日～5月31日	平成31年10月



## 「国保特定保健指導」をぜひご利用ください!

問 さざんか会館健診推進室 ☎ 0857-20-0320 ☎ 0857-20-3915  
問 鳥取東健康福祉センター、各総合支所市民福祉課 (☎ 12ページ)

平成30年度の国保特定健康診査（国保人間ドック含む）の受診結果により、生活習慣の改善の必要性の高い人へ「特定保健指導のお知らせ（利用券）」を随時お届けしています。

### ■特定保健指導とは?

高血圧や高血糖などを引き起こす原因となる「内臓脂肪」を減らすことにより、今の元気な体でこれからもずっと過ごしていただくためのサービスです。

### ■特定保健指導のメリット

- メリット①  
利用料金は無料です!
- メリット②  
自分にぴったりのメタボ解消法と一緒に考えます!  
少しの工夫で健康的な生活習慣になり、「健康維持」「スタイルアップ」につながります。

### ■メリット③ 生活習慣病の重症化予防になります!

今から生活習慣の改善に取り組み、今後も生き生きと元気に過ごすことができ、将来の医療費や通院時間も節約できます。



### ■特定保健指導の利用方法は?

- ①特定保健指導実施機関（医療機関など）で受ける方法
  - ②本市主催の教室や個別相談で受ける方法
- ※①②以外でもご希望の方法に応じられる場合がありますので、お気軽にご相談ください。

### ぜひこのチャンスをお見逃しなく!

※平成30年度の成人の特定健診・がん検診は2月末日で終了しました。

## 生活環境課からのお知らせ

問 本庁舎生活環境課 ☎ 0857-20-3217 ☎ 0857-20-3045

### 引っ越しごみなど、一時多量ごみの処分について

引っ越しに伴う多量ごみを一度にごみステーションに出されまると、ごみステーションの管理やごみ収集などに支障をきたします。多量のごみを一度に処理される場合には、本市一般廃棄物収集運搬業許可業者に収集を依頼（有料）していただくか、可燃物と不燃物に分別し、直接処理施設に搬入（有料）してください（処理施設につきましては、市報および総合支所だより今月号付録の



「平成31年度ごみの収集計画表」に記載していますので、ご確認ください。

また、やむを得ず、ごみステーションを利用される場合には、2、3袋ずつ、何度かの収集日に分けて出してください。

なお、本市ごみステーションでの収集は、家庭ごみを対象としています。事務所、店舗、飲食店などから発生する事業所ごみ（事業系一般廃棄物）は、本市一般廃棄物収集運搬許可業者と直接、収集契約を行ってください。

## 鳥取地域の祝日のごみ収集

※国府・福部・河原・用瀬・佐治・気高・鹿野・青谷地域については総合支所だよりをご覧ください。

祝日のごみ収集日にあたる地区は、ごみ収集のスケジュールが変更になります。

月日	可燃ごみ	古紙類	ペットボトル	プラスチックごみ	食品トレイ 資源ごみ 小型破砕ごみ
3月21日(木) (春分の日)	収集します		お休みします ※28日(木)に振替		お休みします

### 【全市共通事項】

ごみを出すときは必ず収集曜日を守り、午前8時までに出示してください。ただし、自然災害などで、ゴミ出しやごみ収集が困難と思われる場合は、次の収集日（安全な日）に出すようにしてください。

### 乾電池・蛍光管の収集（鳥取地域）

4月

鳥取地域の次の乾電池、蛍光管の収集は4月1日(月)～5日(金)の小型破砕ごみの収集日です。乾電池は透明または半透明の袋に入れ、蛍光管は壊れないよう購入時のケースなどに入れて、出示してください。

ケーブル いなば テレビ **ATV** **びよんびよんネット** デジタル12ch

### 《3月の番組ガイド》

#### 鳥取市広報番組

市民と行政がつながるTV「とっとり知らせたい!」。さまざまな情報をお送りしています。みなさんの知らせたい!情報も待っています。

【放送】毎週金・土

**とっとり知らせたい!**  
TOTTORI SHIRASETAI!

今月の『市報深読み』は、宝島の住みたい田舎ベストランキング「総合部門」「若者世代が住みたい田舎部門」「自然の恵み部門」で、1位となった「鳥取市」の魅力について特集。『食育らくらくクッキング』は、「うずら卵でコッチエッグ」です。f「とっとり知らせ隊」も見てね!



### 鳥取市議会 2月定例会

市議会定例会の開会・一般質問などの模様を終了まで中継、当日午後6時から122ch(第2放送)で再放送します。

静止画文字情報(音声付き)  
『鳥取市からのお知らせ』【放送】毎週水・木・金・土

……いなばびよんびよんネット自主制作番組……

地域情報番組『とっとりウォーキング』【放送】毎週日・月  
ひなまつりや卒業行事の様々、吉本住みます芸人「ほのまる」が地域の魅力を伝える「ほのまるが行く」放送中!

生活情報番組『びよんびよんワイド』【放送】毎週火  
市内各地で開催されたイベントや講演会の模様、鳥取県内のケーブルテレビ局から届いた話題をお届けします。

農業番組『いなばアグリタイム』【放送】毎週水・木  
果樹のせん定作業や地域の農地管理や農作業を行う団体を紹介する「クローズアップ集落営農」をお送りします。

手話番組『手話でコミュニケーション』【放送】毎週日・月  
ニュースや話題、行事、お知らせを手話や字幕で紹介します。

### 122ch(第2放送)

週替わりでリクエスト番組やイベント番組を再放送。また、びよんびよんネットオリジナル体操を毎日放送しています。6:00～ストレッチ 11:50～フィットネス 19:50～マッスル

※番組の放送時間や内容はホームページまたはデジタル放送の電子番組表(EPG)をご覧ください。

### 情報をお寄せください!

いなばびよんびよんネット ☎ 0857-22-6111  
※放送内容は予告なく変更することがあります。  
番組の放送時間は、ホームページでも紹介しています。  
http://www.inabapyonpyon.net