

# 薩摩川内

広報

さつませんだい

7  
2026(令和8)年  
vol.522

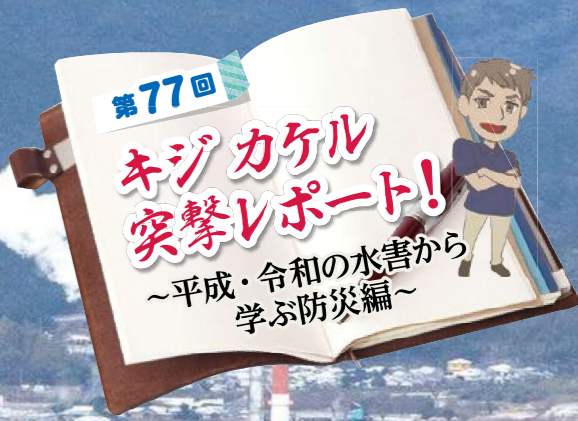
日常の中に、  
もしもの備えを――



友だち  
募集中



デジタル  
広報  
薩摩川内  
さつませんだい



7月は、台風や大雨などにより、災害が起こりやすい時期です。本市を流れる「川内川」は、これまで地域の暮らしや産業を支えてきました。

一方で、大雨時には水位が上昇し、過去には、洪水や浸水被害が発生しています。

今回は、これまで発生した災害を振り返りながら、防災について深掘りします。



**平成18年7月鹿児島県北部豪雨災害(7・23災害)から20年**

**大雨の概況**

平成18年7月18日から23日にかけて、梅雨前線の活動が活発化し、薩摩地方北部を中心に7月の平年を上回る大雨が降りました。

梅雨前線は18日に朝鮮半島付近からゆっくり南下し、22日朝には九州南部付近に達しました。再び北上するまでの間、暖かく湿った空気や地形、海上で発達した雨雲の影響により、同じ地域で非常に強い雨が降り続けました。

**本市の被害状況**

本市においても7月の月降水量の平年値を上回る降水量となり、吉川局では、21日に1時間最大雨量69mmを観測し、18日からの連続雨量は770.5mmに達しました。

川内川の水位は大きく上昇し、流域の国土交通省所管の倉野橋観測所で11.19m、斧淵観測所で9.77mの過去最高水位を記録し、久住橋の流失や平佐東地区、倉野地区、斧淵地区、南瀬地区では住宅が浸水するなど大きな被害をもたらしました。



▲平成18年7月29日の久住橋の様子

地区コミュニティセンターなどの施設を中心に設置した避難所には、ピーク時には51施設に2562人が避難し、炊き出しや保健師による健康相談など被災者の心のケアを行いました。

この豪雨により、1人の尊い命が失われました。住宅被害は、全壊・流出19棟、半壊77棟、浸水220棟におよび、さらに、道路や橋梁などの公共土木施設や、農地・農林水産分野にも深刻な被害が広がり、被害総額は約22億円にのぼりました。

**7・23災害当時の市消防団平佐東分団長の黒木政俊さんにお話を伺いました**

**当時の状況は?**

前日からの大雨で詰所待機の指示があり、詰所で分団員と待機していました。大雨により、川内川と樋脇川の河川水位が上昇し、吉野山排水ポンプ施設の河川堤防が決壊したため、中村町の吉野山地区に樋脇川から大量の水が流れ込んできました。あつという間に水が上昇し、待機している詰所近くまで浸水したため、身動きが取れない状態に恐怖を感じました。

**当時はどんな対応をした?**

当時は、平佐東分団の分団長をしており、詰所で数名の団員と災害対応の指揮を執っていました。地域からの救助要請により、自分の腰ぐらいいまで水が来ている中、救助ボートで孤立している住民の救助活動を行いました。

一番大変だったのは、救助活動などを行っている団員の安全を確保し、命を守ることでした。孤立した人の救助や災害対応活動もあるが、どうしたら団員の安全確保をしながら、救助活動の指揮を執るか常に考えていました。

**地域の方々の様子は?**

中村町の周辺は、昔から水害が多く、大雨が降るとよく水没することがありました。地域住民の方も慣れていたので、早めに避難している方もいました。



▲決壊した吉野山排水ポンプ施設の様子

**当時を振り返ったとき、何が一番大切だと思えますか?**

一番は、早めに避難することです。状況により、避難所が開設されるので、「自分は大丈夫」と油断せず、情報を収集しながら早めの行動が大切だと思いました。

また被災当時の恐怖やつらい経験も年月とともに薄れてしまうことに不安を感じています。だからこそ、日頃から防災への意識を持ち続けてほしいと思います。

避難するときは、電柱にロープを張って、手綱にしながら、避難所まで避難しました。それでもこの時は、水位が上昇するのがとても速かったため、避難が間に合わず、屋根の上で助けを求め、県の防災ヘリで救助された方もいました。



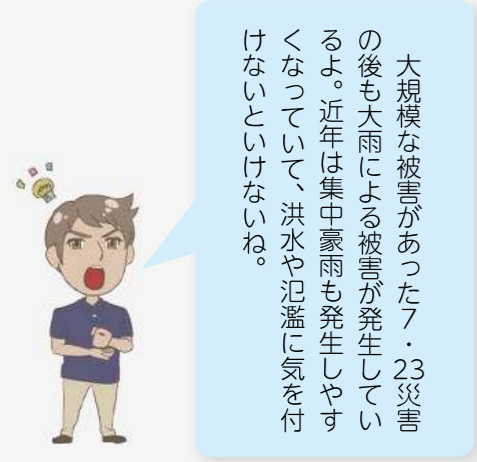
▲令和3年7月の豪雨の様子(鳥追町)



▲令和2年7月の豪雨の様子(隈之城町)



▲令和7年8月の豪雨の様子(祁答院町黒木)



大規模な被害があった7・23災害の後にも大雨による被害が発生しているよ。近年は集中豪雨も発生しやすくなっていて、洪水や氾濫に気を付けないといけないね。

**進む減災・防災  
川と共に生きるために**



7・23災害以降、大雨や河川の氾濫などの水害を軽減させるため、国の事業で**流域治水**の取り組みが進められてきました。

- 流域治水の3本の柱**
1. 氾濫をできるだけ防ぐ、減らすための対策
  2. 被害対象を減少させるための対策
  3. 被害の軽減、早期復旧・復興のための対策

**堤防整備**  
堤防をより高く、強くすることで、川の水位上昇による市街地への浸水を防ぐ。

**引堤**  
堤防を従来の位置から宅地側へ引くことにより、川の水が流れる空間が広がって、治水安全度が上がった。

**水門・排水機場遠隔操作**  
遠隔で操作できるようにしたこと、排水機場に近づけない時など、身の安全を確保しながら機場の操作が可能になった。

流域治水では、国や自治体などの他、企業や住民などあらゆる関係者がみんなで水害を減らすための取り組みを行っているんだって！



**減災に向けた市の取り組み**

**防災マップの作成**  
被害想定情報や避難のポイント、事前に準備しておくものなどを掲載しており、おおよそ各地区コミュニティ協議会単位で作成しています。



**出前講座の実施**

大雨、台風、地震への備えや、日頃からの非常持出品の準備、防災マップの見方、自主防災組織についての講演を行っています。

**自主防災組織の組織率の向上**

自治会や町内会を単位として地域住民が自主的に結成する防災組織は、7・23災害前の平成18年4月時点で約38%でしたが、令和8年4月時点では、95.7%まで上昇し、地域の方々が、防災訓練などを行っています。

**樋脇川にカメラを設置！**

樋脇川の清浦ダム下流域の3カ所に河川カメラを設置したことで、最新の河川の状態を確認できるようになりました。



▲樋脇川の3カ所に河川カメラを設置しました

**市公式LINEで道路などの浸水情報を受け取れる！**

大雨や台風などによる道路の浸水情報などの通知を受け取ることができます。詳しくは、市ホームページをご覧ください。



▲市公式LINE



▲市ホームページ

**その時、あなたはどうか動く？  
いざという時に備えて、正しい知識と行動を！**

**大雨のとき**

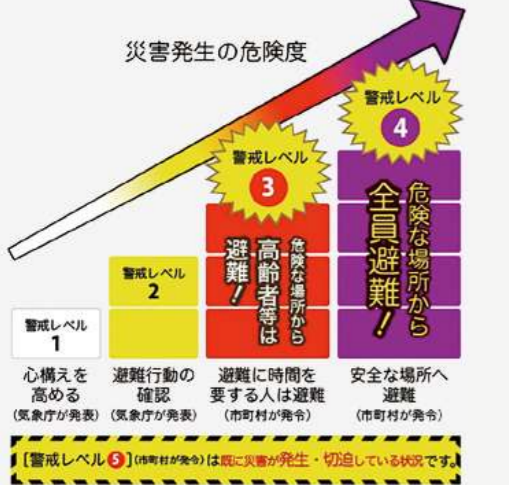
- ・テレビやラジオなどで、避難レベルなどの情報を収集しましょう。
- ・避難指示などを待たず、身の危険を感じたら、早めに避難しましょう。
- ・川や用水路の様子を見に行かないようにしましょう。

**地震のとき**

- ・揺れを感じたら、まず机の下に隠れるなどして頭を守りましょう。
- ・揺れがおさまったら、扉を開けて非常脱出口を確保しましょう。
- ・避難する際は、ブレーカーを切り、ガスの元栓を閉めましょう。

**台風のとき**

- ・テレビやラジオなどで、位置情報、警報などの情報を収集しましょう。
- ・不要不急の外出は控えましょう。
- ・家の周りの飛ばされやすいものは、事前に固定しておきましょう。



▲出典：政府広報オンライン「[警戒レベル4]で危険な場所から全員避難！5段階の「警戒レベル」を確認しましょう」

- 充電対策**  
災害時は停電が起きる可能性もあります。家族との情報連携や災害状況の情報収集、連絡手段を確保できるように、災害の前にはスマートフォンの充電もしておきましょう。
- 避難用具・防寒対策**  
懐中電灯、携帯ラジオ、予備の乾電池、雨具なども用意しましょう。雨かっぱは防寒対策にも活用できるので、便利です。
- 断水対策**  
事前に、浴槽、バケツ、洗濯機などに水をためておきましょう。トイレや手洗いなどの生活水として利用できます。

**最後にチェックしよう！**

- ✓ 住んでいる地域の防災マップを見た
- ✓ 家族などで連絡先を確認した
- ✓ 近くの避難場所を確認した
- ✓ 避難経路を確認した
- ✓ 非常用持出袋を準備した



▲災害に備えて



実際に災害が起きた時、どのような行動をとるのかをイメージしておくことが、自分や大切な人の命を守ることにつながるよ！とにかく**早期の行動**が大切なんだ！  
今回紹介した内容は一例だから自分に合った行動や必要な物などは確認しておこう！

# 令和8年度薩摩川内市職員募集

採用予定日：令和9年4月1日

受付期間

令和8年7月13日(月)～  
8月14日(金)



## ◎ 試験職種

職種	区分	採用予定
一般事務	上級職・初級職	10人程度
一般事務【社会人枠】	上級職・初級職	若干名
一般事務【障害者枠】	上級職・初級職	
保健師	上級職	
建築技師	上級職・初級職	
電気技師	上級職・初級職	
機械技師	上級職・初級職	5人程度
土木技師	上級職・初級職	
土木技師【育成枠】	上級職・初級職	
林業技師	上級職・初級職	若干名
農業技師	上級職・初級職	
畜産技師	上級職・初級職	
消防職	初級職	
消防職【救急救命士】	初級職	

※技術職(建築、土木など)として採用された場合であっても、異動状況により、専門分野以外の業務を担当していただく場合があります。

問合せ／本庁人事課人事 G(内線 4522)

## ◎ 一次試験の日程など

上級職・初級職(消防職除く)	
日時	令和8年9月1日(火)～9月20日(日) のうち受験生が選択する日時
場所	全国各地のテストセンター会場

初級職(消防職、消防職【救急救命士】)	
日時	令和8年9月20日(日)
場所	薩摩川内市消防局



【インターネット申込】  
※ただし、消防職については直接・郵便(必着)可  
年齢要件、主な資格など詳しくは、  
市ホームページをご覧ください。



▲市ホームページ

気象、火山、地震の専門家や過去の災害の経験を伝える語り部が務める専門防災アドバイザー。  
平成9年に発生した鹿児島県北西部地震で、東郷町藤川の本俣自治会において被災した経験をもとに、自主防災組織の必要性や地域で支え合う防災の重要性を伝える専門防災アドバイザーの思いに寄り添う。

### 「人のとなりに」とは…

文字通り、その人の隣にいて、思いに寄り添うことや人柄を表す言葉「人のとなりに」をイメージしたコーナーで、人物や活動の紹介だけでなく、その人の思いにスポットを当てることを目的としています。

# 人のとなりに

鹿児島県専門  
防災アドバイザー 津田 盛吉さん



### 北西部地震が 教えてくれたこと

「災害は、いつ起こるか分からない。だからこそ、日頃からの備えが大切なんです」  
穏やかな口調で語るのは、鹿児島県専門防災アドバイザーと郷町藤川の本俣自治会で自主防災組織の事務局長を務めた経験をもとに、自主防災組織の必要性や地域で支え合う防災の重要性を伝えている。  
津田さんが自主防災活動に力を入れるようになったきっかけは、平成9年に発生した鹿児島県北西部地震だった。

当時、津田さんが居住していた、東郷町藤川の本俣自治会では山間部の小道沿いで計20箇所もの斜面が崩壊した。住民たちは不安の中で声を掛け合い、安否確認を行った。この経験から津田さんは、「地域で助け合うこと」の大切さと「災害に備える組織の必要性」を強く認識し、自主防災組織の立ち上げに尽力した。

### 本俣に受け継がれる 「結の精神」

津田さんが防災活動の原点として大切にしているのが、地元「結の精神」だ。結とは、人手が必要なきに

### 災害の記憶を 風化させないために



地域住民が力を貸し合う相互扶助の文化。「困ったときはお互いさま」という考え方が、昔から暮らしの中に息づいている。北西部地震の際にも、その精神は自然と発揮された。地域のつながりが人を支え、命を守る。その経験が、現在の活動につながっている。

### 次の世代へつなぐ思い

津田さんは、現在、自身の経験をもとに県内各地で自主防災組織の講演を行い、「自分たちの地域は自分たちで守る」という考え方に共に、「自主防災組織の役割は災害時だけではない」と伝えている。  
「日頃から顔の見える関係を築き、地域の状況を把握しておくことで、いざという時に助け合うことが大切だ」という。

津田さんは、「防災は特別なことではない。日頃から家族や近所の人と話し合うこと、避難場所を確認することも立派な備え。一人でも多くの人に日頃からの備えを意識してもらえたらうれしい」と話す。

「地域を守る力は、行政や、誰か一人の力だけで生まれるものではない。人と人とのつながりの中で育まれていくものだ」とこやかに話す津田さんの活動は、その大切さを私たちに教えてくれている。

# 人生100年時代！健康増進講座

## みんなが高血圧予防！

vol.9

本市は、「急性心筋梗塞」や「脳血管疾患」による死亡率が全国と比較して高く、高血圧はその最大の危険因子と言われています。

高血圧は自覚症状がないため、日々の血圧を家庭で測定し、自分の血圧を知ることが大切です。

### 「どうからが高血圧？」

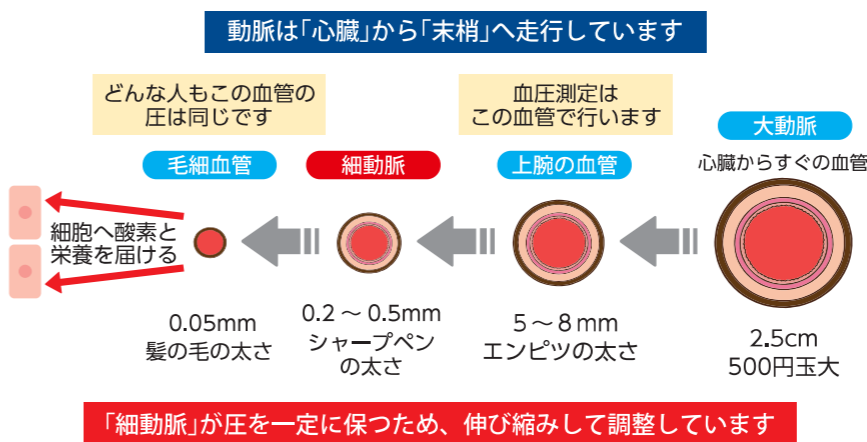
**成人における血圧値の分類**

	診察室血圧 (mmHg)		家庭血圧 (mmHg)	
	収縮期血圧	拡張期血圧	収縮期血圧	拡張期血圧
正常血圧	120未満	かつ 80未満	115未満	かつ 75未満
I度高血圧	140~159	かつ/または 90~99	135~144	かつ/または 85~89
II度高血圧	160~179	かつ/または 100~109	145~159	かつ/または 90~99
III度高血圧	180以上	かつ/または 110以上	160以上	かつ/または 100以上

日本高血圧学会発行の「高血圧管理・治療ガイドライン2025」より抜粋

収縮期血圧と拡張期血圧は、それぞれが脳血管疾患のリスクがあるため、分類が異なる場合は高い方を優先します。  
また、家庭血圧は、朝と晩に測定し、それぞれの測定値の7日間(少なくとも5日間)の平均値で判断します。

■若い世代は拡張期血圧(下の血圧)から高くなりやすい  
心臓から出た血管は、隅々の細胞まで酸素と栄養を届けるために全身を巡ります。



若い世代は血管に弾力があり、収縮期血圧(上の血圧)は上がりにくい特徴があります。

上の図で、「一番細い「毛細血管」は強い圧がかかると破れてしまいます。そのため、手前の「細動脈」が一生懸命伸び縮みして、血圧が高くても毛細血管の圧を一定に保っています。

しかし、血圧が高い状態が続くと、この細動脈が傷んでいきます。拡張期血圧(下の血圧)が上がるのは、そのサインです。  
この状態が進むと血管が硬くなり(動脈硬化)、収縮期血圧も高くなっていきます。

### ■あなたの血圧タイプはどちらのタイプ？

生活習慣タイプ(生活の見直しでよくなる血圧)

●下の血圧だけ高い場合

塩分の取りすぎ、体重の増えすぎが原因  
改善ポイント  
塩分を控える  
カリウム摂取を増やす  
減量する  
生活習慣を見直すことが大切！

血管カチカチタイプ(動脈硬化による血圧)

●上の血圧が高い、上と下の血圧の差が大きい場合  
生活習慣が原因で動脈硬化が起る血管が硬くなっている  
対策(動脈硬化を進めない！)

薬での治療  
糖尿病などの生活習慣病の管理  
血管を拡張させる為の運動

### 【おすすめの運動】

●壁スクワット  
関節や筋肉を動かさず、負荷をかける「等尺性運動」です。

やり方

- ①壁に背中をびったりつける
  - ②イスに座るような姿勢で、90度くらいまでひざをゆっくり曲げる
  - ③30秒〜1分じつと止まる
- ※つらい場合は浅めでも構いません。  
無理のない姿勢で行いましょう。

### ■毎日血圧を測りましょう！

本市では、血圧記録手帳の活用をおすすめしています。この手帳には血圧の記録だけでなく、測り方やタイミング、生活習慣との関係についても掲載しています。川内保健センターで配布していますので、ぜひご利用ください。

問合せ先/市民健康課健康増進第1G  
(すこやかふれあいプラザ内)  
☎(22)8811

市や日本高血圧学会ホームページには、血圧や減塩の情報を掲載しています。ぜひご覧ください。



▲市ホームページ「血圧のはなし」



▲日本高血圧学会 減塩・栄養委員会 減塩・増カリウム情報 POP

# 通う楽しみ、元氣と仲間が増える場所

## ミニ・デイサービスのご案内

人生100年時代。「できるだけ元気に、自立した生活を送りたい」と思っている方も多いのではないのでしょうか。  
人と交流し活動することは、身体機能の維持向上や認知機能の低下の予防につながります。自らの健康づくりの1つの場として、ミニ・デイサービスがあります。

### ミニ・デイサービスとは？

65歳以上で要介護認定を受けていない方を対象に、運動や脳のトレーニング、制作活動などを行っている健康づくり、介護予防教室のことです。市内に14事業所26教室あります。  
ご都合に合わせて、曜日や時間を選択して参加することができます。

今回は、「元氣もん」の活動の様子を紹介いたします。



▲マシンを使った運動の様子(体力に合わせた運動を実施中)



▲季節に合わせた物づくりも人気です。



▲カラオケが人気です。歌うことも脳トレになります。

### 事業所の声

参加される方の体の状態は1人ひとり異なります。そのため、それぞれに合わせた運動プログラムを作成し、自宅では難しいマシンを使った運動に取り組んでいただいています。また、昼食後のゆったりとした時間には、季節に合わせた制作活動やカラオケを楽しんでいます。カラオケは、体と頭を同時に使うことから認知症予防の効果も期待されており、「元氣がでる」と好評です。利用者が笑顔で過ごせるように居心地の良い空間づくりを心掛けています。

### 参加者の声



▲堀之内さん

Q.ミニ・デイサービスを利用するようになったきっかけを教えてください。

A. 妻が亡くなって、毎日家にこもって泣いてばかりいました。周囲に勧められ、最初は気が進みませんでした。が、「まずは見学だけでも」と声を掛けてもらったのがきっかけで利用し始めました。そこから3年間通い続けています。

Q.実際、参加してみて良かったことは何ですか？

A. 最初のころは、悲しみが大きくて楽しむことができませんでした。しかし、通い続けるうちに、次第に他の参加者と会話をできるようになり、少しずつ気持ちが明るくなってきました。会話をすること

の大きさを、改めて実感しています。

私はお喋りとカラオケが大好きです。事前に選曲をして、紙に書いて持参することも脳のトレーニングにつながっていると感じています。マシンを使った運動も自分の体調に合わせて内容を選べるので、気に入っています。

Q.目標にしていることや生きがいは何ですか？

A. 好きなものを買って、自炊をして食べることが楽しみの一つです。庭の手入れや家事をするなど、「もっと時間がほしい」と感じるほど充実した生活を送ることができています。これからも楽しく自立した生活を続けられるように、通い続けたいと思います。

※ミニ・デイサービスは、介護予防元氣アップ事業の対象です。

※事業所によって、利用料金や送迎の有無、昼食の有無などが異なります。ご利用の際は、介護保険課または各事業所にお問い合わせください。

### 問合せ先

本庁介護保険課包括支援G(内線2676)  
※事業所一覧は、市ホームページをご確認ください。



▲市ホームページ

## 気温が高くなる夏に多い、リチウムイオン電池の火災を防ごう！

スマートフォンやモバイルバッテリー、携帯扇風機(ハンディファン)などに使われている「リチウムイオン電池」による火災が全国で急増しています。リチウム電池は熱に弱いので、特に気温が高くなるこれからの時期は注意が必要です。

### 要注意！危険な行動

1. 高温に注意	2. 強い衝撃は厳禁	3. 異常時の使用は厳禁
<p>夏の車内や直射日光が当たる場所に放置すると、電池が変形して発火するおそれがあります。</p> 	<p>落としたり、ポケットに入れたまま座って強い圧力をかけたりすると、内部ショートを起こして発火する場合があります。</p> 	<p>充電中や使用中に「機器が常に熱い」「膨らんでいる」「変な臭いがする」といった異常に気付いたら、すぐに使用を中止しましょう。</p> 

### 購入するときは、「安全の証」PSEマークを確認しましょう


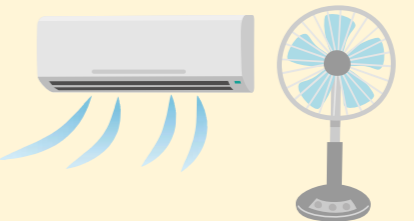

PSEマークは、電気用品安全法に基づき、国の厳しい安全基準を満たした電気製品に表示されています。モバイルバッテリーを購入する際は、このマークが本体にあるか必ず確認しましょう。このマークがないものは、内部の安全装置が不十分な場合が多く、充電中や使用中に突然発火したり、破裂したりするおそれが非常に高いため大変危険です。インターネットで購入する際も、マークがあるか必ず確認しましょう。



### 今すぐ始める「熱中症予防」命を守るために！

「自分だけは熱中症にならないから大丈夫」と思っていませんか？ 日差しが強くなり、気温が高い日が増えてきました。一人ひとりが正しい知識を持ち、熱中症を予防しましょう。めまいや筋肉のけいれん、顔のほてりなど、熱中症の症状が出たら、すぐに救急車を呼びましょう。

#### 今日からできる！3つの基本対策

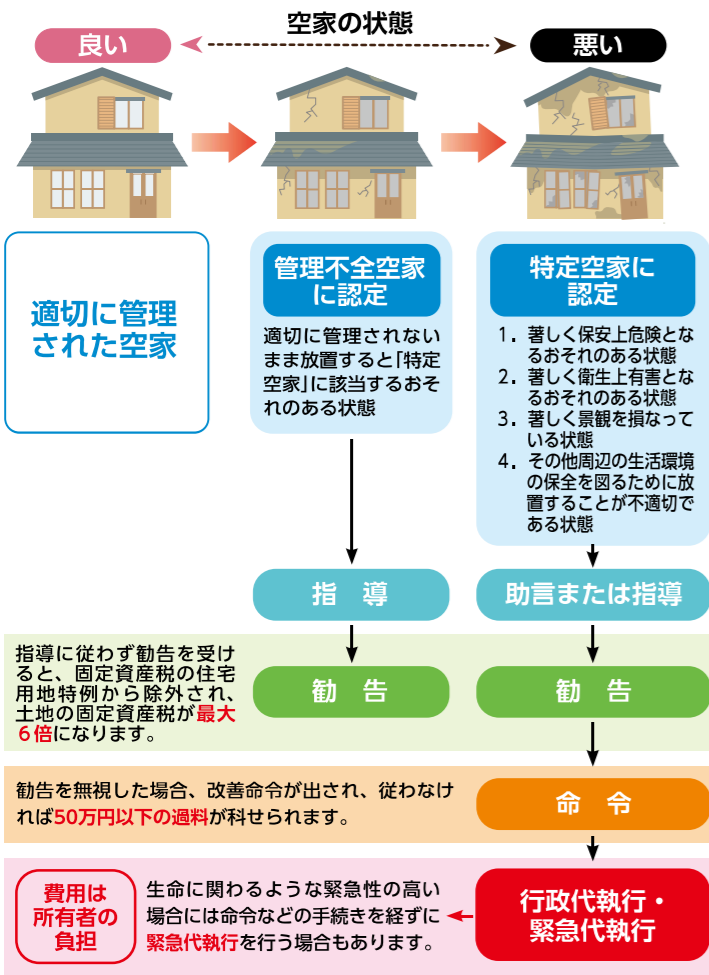
- 1. こまめな水分・塩分補給**  
 のどが渇く前に、水分を補給しましょう。目安は1日当たり約1.2ℓ。大量に汗をかいたときは塩分補給も忘れずに。  

- 2. エアコンなどを使用する**  
 屋内にいても熱中症を発症することがあります。暑さを感じた時は、無理をせず、エアコンや扇風機を使用して室温を適切に調整しましょう。  

- 3. 暑さ指数(WBGT)をチェック**  
 環境省が発表している「暑さ指数」や「熱中症警戒アラート」をテレビやインターネットで確認し、危険性が高い日は外出や運動を控えましょう。  


自主防災訓練や消防訓練に、消防局防災研修センターをご利用ください。

## その空家、地域の危険になっていませんか？ 空家を適切に管理しましょう

近年、急激に進行する人口減少や社会的ニーズ、産業構造の変化に伴い、本市においても空家が増加しています。適切な管理が行われていないまま放置されている状態の空家は、老朽化などによる倒壊や不法投棄による公衆衛生の悪化など、市民生活に悪影響を及ぼしています。

適切な管理されていない場合、本市周辺への悪影響が著しい空家などは、空家等対策の推進に関する特別措置法に基づき、市が「特定空家等」または、「管理不全空家等」に認定します。このような状態になる前に、早めの対策が重要です。 ※空家の敷地から隣地への樹木の越境などは、民有地間の問題のため、個人間で解決していただくことが原則です。



問合せ先/建築住宅課 空き家政策G (内線36335、36336)

### 危険な空家の発生を抑えるためには

- ① 早めの対策と適切な管理**  
空家を適切に管理するための市の制度や相談窓口を紹介しています。詳しくは、市ホームページをご確認ください。
- ② 空家バンクに登録する**  
空家バンクに登録すると、空家を「売りたい人」と「買いたい人」両方にマッチングがあり、上手に活用することができます。
- ③ 解体する**  
利活用の予定がない、維持管理が大変などの理由があるときは、解体することも一つの選択肢です。



▲空家情報登録制度「空家バンク」



▲空き家等の適切な管理のための相談窓口を紹介します

### 今年度から増額！危険な空家の解体費用を助成します

老朽化した空家の倒壊や瓦の落下などにより、周辺住家や通行人に被害が出る事故も発生しています。そのような事故が起こる前に、早めの対策が必要です。本市では、危険廃屋等解体促進事業として、空家の所有者による自主的な解体を促進するため、周辺に危険を及ぼす危険廃屋などの解体費用の一部に補助金を交付します。

#### 【補助内容】

- 危険廃屋(本土圏域)  
補助率 3分の1  
補助上限額 35万円
  - 景観支障廃屋(甌島圏域)  
補助率 2分の1  
補助上限額 50万円
- ※緊急的な危険度が高い住宅については、さらに補助上限額に10万円を加算



▲令和8年度危険廃屋等解体撤去促進事業補助金のご案内

# 後期高齢者医療制度の対象者の皆さんへ

7月中旬に新しい資格確認書もしくは資格情報のお知らせと後期高齢者医療保険料決定通知書を送付します。

## 後期高齢者医療制度とは

現役世代と高齢者世代の負担を明確にし、将来にわたり、高齢者の方に安定した医療サービスを提供することを目的としています。

### 対象となる方

- ▼75歳以上の方
- ▼65歳以上75歳未満の方で、一定の障害があり、加入を希望する方

## 資格確認書の更新について

年齢やマイナ保険証(保険証利用登録がされたマイナンバーカード)の利用状況に応じて、資格確認書もしくは資格情報のお知らせを7月中旬に送付します。

届きましたら中身のご確認をお願いします。

## 医療機関のかかり方について

資格確認書と資格情報のお知らせでは、医療機関などの受診方法が次のとおりになります。

### ① 資格確認書が届いた方

今までどおり、資格確認書を医療機関などの窓口でご提示ください。マイナ保険証をお持ちの方は、マイナ保険証での受診もできます。

### ② 資格情報のお知らせが届いた方

原則として、資格確認書は交付されません。

マイナ保険証を医療機関などの窓口でご提示ください。

なお、要配慮者(介護者の同行が必要で、マイナ保険証での確認が困難な方)については、申請により、資格確認書を交付します。

### ■要配慮者申請に必要なもの

- ・本人のマイナンバーカード
- ・代理人の顔写真付き公的身分証明書(運転免許証やマイナンバーカード)
- ・要配慮者であることが分かる書類

詳しくは、市役所または各支所の窓口へご相談ください。

(表1) 年齢別※に交付される証の種類

交付要件	84歳以下の方	85歳以上の方
マイナ保険証を直近1年間において6回以上利用し、かつ直近3か月における利用実績のある方 ※把握可能な期間での実績	資格情報のお知らせ	資格確認書
上記以外	資格確認書	

※令和8年8月1日時点の年齢

### ■マイナ保険証を使うことで

- ・お薬や受診の履歴に基づいた、より良い医療が受けられます
- ・高額療養費の限度額を超える支払いが免除されます

## 保険料について

納付方法は大きく分けて次の2種類です。詳しくは、送付する保険料額決定通知書をご確認ください。

### ■特別徴収(年金からの天引き)

年金から自動的に保険料を天引きする納付方法を特別徴収といいます。後期高齢者医療制度加入の方は、原則として年金天引きで納めます。この方法による支払いの場合は、手続きの必要はありません。ただし、年金天引きが始まるまでの一定期間は、納付書により納めていただく期間が発生します。なお、年金天引きの開始時期などについては、文書でお知らせします。

### ■普通徴収(納付書や口座振替)

市役所から自宅に郵送された納付書や金融機関への手続きによる口座振替で保険料を支払う納付方法を普通徴収といいます。年齢到達や転入などにより、新たに後期高齢者医療の対象になった方が対象です。

(表2) 普通徴収の納期

期別	納期限	
第1期	令和8年	7/31(金)
第2期		8/31(月)
第3期		11/2(月)
第4期		11/30(月)
第5期	令和9年	2/1(月)
第6期		3/1(月)

## 決定通知書が届いたら、まず確認!

保険料の納付方法について、『今までどおり年金から引かれるだろう』、『口座振替されるだろう』と思われていませんか。所得の変更や世帯構成の変更などにより、納付方法が変わる場合があります。決定通知書が届いたら、**封筒に納付書が入っていないか、必ず確認してください。**

## 令和8年度保険料率

内訳	医療分		子ども・子育て支援金分
	変更前	変更後	新規
均等割額	59,900円	69,800円	1,400円
所得割率	11.72%	11.72%	0.25%
限度額	80万円	85万円	2万1,000円

## 保険料率

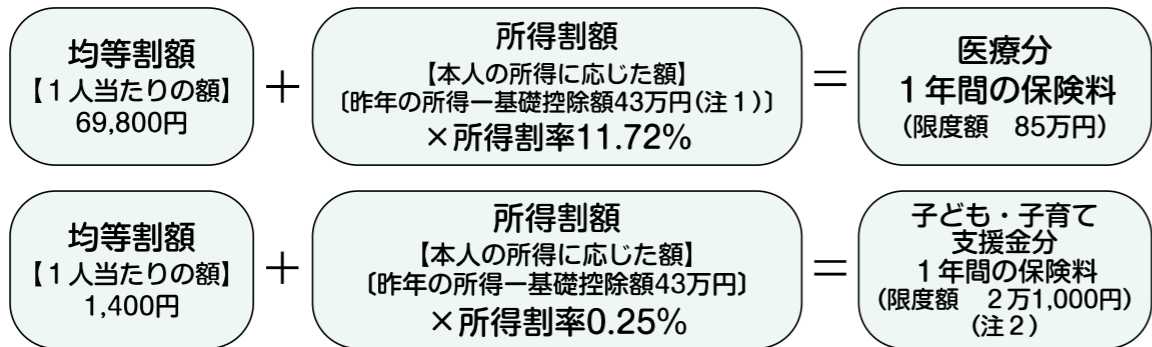
後期高齢者医療保険では、皆さんの医療費の動向などを踏まえ、2年ごとに保険料の見直しをしています。また、今年度より、少子化対策の新たな財源を確保するため、全世代の公的医療保険に加入している方が対象となる「子ども・子育て支援金」が保険料に加算されます。

令和8年度保険料率は左記のとおりです。

## 保険料の計算方法

保険料は被保険者全員が負担する「均等割額」と、前年の所得に応じて負担する「所得割額」の合計です。年度の途中で加入したときは、加入した月からの月割になります。

## 個人ごとの保険料の計算方法



(注1) 前年の合計所得金額が2,400万円を超える場合は基礎控除額が異なります。  
(注2) 令和9年度の子ども・子育て支援金分の保険料は、令和8年度に決定します。

## 軽減措置の例

同一世帯内の被保険者および世帯主の軽減判定所得金額(※1)の合計	軽減割合	軽減後保険料
43万円(※2)以下	7.2割軽減(医療分) 7割軽減(子ども分)	19,500円(医療分) 400円(子ども分)
43万円(※2) + 31万円 × (被保険者数)以下	5割軽減	34,900円(医療分) 700円(子ども分)
43万円(※2) + 57万円 × (被保険者数)以下	2割軽減	55,800円(医療分) 1,100円(子ども分)

① 所得が低い方への「均等割額」の軽減措置  
同一世帯の被保険者全員と世帯主の所得金額の合計に応じて均等割額が軽減されます。

### ② 被扶養者だった方の軽減

被保険者の資格を得た日の前日に被用者保険(協会けんぽ、健保組合、船員保険、共済組合など)の被扶養者であった方は、資格取得後2年を経過する月までの間に限り、均等割額が5割軽減されます。(所得割額は課されません)

※①の所得の低い方の軽減措置に該当する方は、軽減割合の大きい方が優先となります。

## 保険料の軽減

保険料は、所得に応じて軽減される場合や被扶養者であった方への特例措置として軽減される場合があります。

※1 軽減判定所得金額は、総所得金額などから公的年金に係る所得金額について15万円を上限に控除した額となります。

※2 同一世帯内の被保険者および世帯主



後期高齢者医療制度