

対=対象 定=定員、定数 料=料金、費用 ※料金について記載のない催しは入場無料(参加無料) 開=開所時間 休=休所日 申=申し込み 問=問い合わせ  
 共通=共通の内容 手=手話通訳 要=要約筆記 担=市の担当課 F=FAX ネット=ネット窓口(電子申請)…インターネットで申し込みができます 北九州市 ネット窓口 検索

### 福祉用具プラザの講座

**①なるほど介護講座** ▶知っておきたい葉の話=5月12日(金)13時30分～15時、総合保健福祉センター(小倉北区馬借一丁目)とオンライン(ビデオ会議システム「Zoom」を使用)で ▶※福祉用具展示場見学・体験=5月19日(金)10時30分～11時30分、福祉用具プラザ北九州(小倉北区馬借一丁目、総合保健福祉センター1階)で ▶※高齢者とのコミュニケーション=5月19日13時30分～15時、総合保健福祉センターとオンライン(ビデオ会議システム「Zoom」を使用)で。①の共通定各会場20人(オンラインは定員なし)。

**②専門職研修** ▶ベッド上の姿勢ケア=5月15日(月) ▶※車椅子上の姿勢ケア=5月22日(月)。②の共通13時30分～15時、オンライン(ビデオ会議システム「Zoom」を使用)で。対介護・医療・福祉の有資格者。

共通申5月8日(※は15日)までに福祉用具プラザ北九州☎522・8721へ。①の聴覚障害者は☎522・8771も可(基本事項と手・要など介助必要の有無を記入)。

### 西部障害者福祉会館の講座

**①心がなごむパステルアート** 5月13日(土)、6月10日(土)の13時30分～15時30分(全2回)。定10人。料材料費2000円。  
**②3B体操** ボールなどを使って音楽に合わせて体操します。6月3日(土)、7月1日(土)、8月5日(土)、9月2日(土)(全4回)の13～

14時30分。定20人。

**③法律のプロから学ぶ終活で知っておきたいこと** 相続や遺言などについて司法書士が解説します。6月9日(金)13時30分～15時30分。定50人。

共通対障害のある人(家族の参加も可)。申電話で①は5月6日、②は24日、③は31日までに西部障害者福祉会館(黒崎駅西側、コムシティ5階、☎645・1300)へ。聴覚障害者は☎645・1600も可(基本事項と手・要など介助必要の有無を記入)。

### 体験教室「ノルディックウォーキング」

2本のポールを使ったウォーキング。5月14日(日)13～15時、グリーンパーク(若松区大字竹並)で。対中学生以上。定先着15人。料入園料が必要。申4月17日から同施設☎741・5545へ。



### マイテック・センターの講座

**AutoCAD基礎** 5月14日～9月10日のおおむね毎週日曜日(全16回)13時30分～16時30分。対マウス・キーボード操作ができる人。料4万9800円。  
**エクセル マクロ・VBA** 5月24日～8月9日の毎週水曜日(全12回)19～21時。

対エクセルの基本操作ができる人。料3万2400円。

**MOSワードとエクセル** 5月27日～10月21日のおおむね毎週土曜日(全14回)9時30分～12時30分。対ワード・エクセルの基本操作ができる人。料5万2000円。1ソフトだけの受講も可(料2万6000円)。別に検定料が必要。

共通定先着各20人。申電話で4月17日からマイテック・センター北九州(八幡東区大蔵二丁目、☎651・3775)へ。

### ホスピタリティ・カスタマーサポート研修

多様なサポートが必要な人への理解と対応を学びます。5月16日(火)、響ホール(八幡東区平野一丁目)で。▶コミュニケーションサポート=10～12時 ▶移動サポート=13～15時30分。共通対18歳以上。定各20人。料資料代770円。申4月24日まで。詳細は響ホール音楽事業課☎663・6661へ。



### 北九州ひとみらいプレイスの「気ままにセミナー」

テーマは「おしゃれ度アップ! 似合う色の見つけ方」。5月16日(火)18時30分～20時30分、八幡西生涯学習総合センター

(黒崎駅西側、コムシティ内)で。定30人。申5月7日まで。詳細は同センター☎641・9360へ。ネットも可。

### 介護予防教室「きたきゅう体操」

いずれも転倒予防などに役立つ運動を中心に介護予防について学びます。

**①オンライン教室** 5月17日～7月12日の毎週水曜日(全9回)13時30分～15時、オンライン(ビデオ会議システム「Zoom」を使用)で。対おおむね65歳以上で運動を行うのに健康上問題のない個人や団体。定個人は8人、団体は3団体。

**②対面教室** 5月29日～6月19日の毎週月曜日(全4回)14～16時、黒崎ひびしんホール(八幡西区岸の浦二丁目)で。対65歳以上で運動を行うのに健康上問題のない人。定30人。

共通申往復はがき(1人だけ)に基本事項(①はメールアドレスと使用するオンライン端末の種類も)を書いて①は4月15～30日、②は4月15～27日に(公社)福岡県作業療法協会(〒802-0044小倉北区熊本一丁目9-1ONE OFF第2ビル101、☎951・8760)へ。担認知症支援・介護予防センター☎522・8765。ネットも可。

### 読み聞かせボランティア養成講座(初級・子ども向け)

5月18日(木)・25日(木)、6月1日(木)(全3回)の10～12時30分、子ども図書館(小倉北区内)で。対18歳以上。定20人。申4月27日までに同施設☎571・0011へ。

## 後期高齢者医療保険料のお知らせ

福岡県後期高齢者医療広域連合 ☎092651・3111 各市区役所国保年金課へ

### 令和5年度保険料

均等割額、所得割料率と保険料の最高限度額は令和4年度と変わりません。

#### ①個人ごとの保険料の計算方法

保険料額(年額)	均等割額(加入者全員が同じ金額を負担)	所得割額(個人ごとの所得に応じて負担)
<b>均等割額と所得割額の合計</b>	<b>5万6435円</b>	【被保険者の総所得金額等(※1)－基礎控除額(※2)】×10.54%
最高限度額66万円、10円未満切り捨て	世帯の所得に応じて軽減措置があります。下記「②加入者全員が同じ金額を負担する均等割額の軽減」をご覧ください。	

(※1)前年中の「公的年金等収入－公的年金等控除額」、「給与収入－給与所得控除額」、「事業収入－必要経費」などの合計額で、医療費控除や社会保険料控除などの各種所得控除前の金額です。  
 (※2)合計所得金額が2400万円以下の場合43万円ですが、2400万円を超える場合は異なります。

#### ②「均等割額」の軽減

対象者の所得基準に応じて、均等割額は軽減されます。

(※3)「同一世帯」とは、4月1日時点(年度途中で75歳になる人、県外からの転入者などはその時点)の世帯が基準となります。  
 (※4)「軽減対象所得金額」とは、基本的に総所得金額等と同額ですが、満65歳以上の人の公的年金は、「公的年金等収入－公的年金等控除額－特別控除額15万円」となります。また、事業専従者特別控除、分離譲渡所得の特別控除は適用されません。  
 (※5)下線部の計算式は、同一世帯内の被保険者か世帯主が、給与所得か公的年金等に係る所得を有する場合に適用されます。

軽減割合	軽減後の均等割額の年額	対象者の所得基準 【同一世帯(※3)内の被保険者と世帯主の軽減対象所得金額(※4)の合計額】
7割	1万6930円	43万円(基礎控除額)＋(給与と所得者等の数－1)×10万円以下 (※5)
5割	2万8217円	43万円(基礎控除額)＋(給与と所得者等の数－1)×10万円＋(29万円×被保険者数)以下 (※5)
2割	4万5148円	43万円(基礎控除額)＋(給与と所得者等の数－1)×10万円＋(53.5万円×被保険者数)以下 (※5)

**③後期高齢者医療制度加入日の前日まで、社会保険の被扶養者であった人(国民健康保険・国民健康保険組合は該当しません)**  
 加入した時から2年間に限り、均等割額が5割軽減され、所得割額はかかりません。均等割額が7割軽減に該当する人は、7割軽減が優先となります。

### 令和5年度保険料の納付

#### ①2月に年金天引きだった人

原則として、2月に年金天引きされた額と同額が、4・6・8月の年金から天引きされます。なお、令和4年12月以降に保険料額が変更になった人などは、年金天引きと異なることがあります。7月に、令和4年の所得金額を基にあらためて保険料額を再計算し、10月からの納付金額と納付方法を郵送で通知します。

#### ②2月に年金天引きでなかった人

原則として、7月から口座振替か納付書による納付となります。なお、4月上旬に「令和5年度後期高齢者医療保険料仮徴収額決定通知書」が届いた人は、4月から新たに年金天引きされます。