

お り ほ の 納 税 教 室

国民健康保険税の納税通知書を発送します

7月15日に「国民健康保険税納税通知書」を発送します。

納付書で納める人は、納税通知書とあわせて、1年分（2期～9期）の納付書が送付されます。大切に保管し、納期内に忘れずに納めましょう！

国民健康保険税（国保税）は、国民健康保険（国保）の事業に充てる財源とするため、国保加入世帯に対して課されます。



国民健康保険税の納税義務者

国保税の納税義務者は、世帯主です。世帯主が社会保険など他の医療保険に加入している場合でも、その世帯内に国民健康保険の加入者がいる場合には、世帯主が納税義務者になります。

令和7年度 国民健康保険税の計算方法

種 別	計算の基礎	税率など		
		医療分	後期高齢者 支援金分	介護分 (40歳から64歳)
所 得 割	(総所得金額－430,000円)×税率	6.0% (R6年度5.6%)	2.3% (R6年度2.1%)	1.8% (R6年度1.6%)
均 等 割	加入者1人につき（年額）	27,000円 (R6年度26,000円)	11,000円 (R6年度10,000円)	12,000円 (R6年度11,000円)
平 等 割	1世帯につき（年額）	22,000円 (R6年度21,000円)	8,000円 (R6年度7,000円)	5,000円
課税限度額	1世帯の最高限度額《1,090,000円》	660,000円 (R6年度650,000円)	260,000円 (R6年度240,000円)	170,000円

※国保税額は、医療分、後期高齢者支援金分、介護分の合計額となります。

介護保険料の納入通知書を発送します

7月15日に「令和7年度介護保険料納入通知書」を発送します。

通知書には、年間の保険料額のほか、納付方法や各期別の納期限等が記載されておりますので、ご確認をお願いします。

介護保険料算定方法

基準額（72,000円）×所得段階区分（1～13段階）ごとに定められた保険料率※

※保険料率は、被保険者本人の所得及び住民税課税状況のほか、世帯員の住民税課税状況によって決まります。詳細については、納入通知書に同封されているチラシをご確認ください。

* 今月の税・保険料 * 納め忘れのないよう、早めに準備しましょう！

固定資産税…………… 2 期分
国民健康保険税…………… 2 期分
後期高齢者医療保険料… 1 期分
介護保険料…………… 1 期分

納付期限
7月31日(木)

口座振替日
7月25日(金)

町民税務課 税務係 ☎46-1372

熱中症を 予防しましょう



気温や湿度が高い日は、熱中症の発症数が急増します

熱中症は、例年7月から8月に多く発生しています。特に梅雨明けの、蒸し暑く、急に暑くなる7月には、体が暑さに慣れていないため、熱中症による救急搬送者数や死亡者数が急増します。

また、気温が高いだけでなく、湿度が高い場合や風が弱い、日差しが強い環境などでも起こりやすくなるため注意が必要です。

小さい子どもや高齢者、障がいのある人などは、屋内でも熱中症にかかりやすいため、周囲の人の気配り、気づきが大切です。



熱 中 症 予 防 の た め に

① 暑さを避けましょう

- ・エアコン等で湿度をこまめに調節
- ・遮光カーテン・すだれの利用、打ち水の実施
- ・外出時には日傘の使用、帽子の着用
- ・天気の良い日は日陰の利用、こまめな休憩
- ・吸湿性・速乾性のある通気性のよい衣服を着用
- ・保冷剤、氷、冷たいタオルなどで体を冷やす

② こまめに水分を補給しましょう

- ・室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じていなくてもこまめに水分補給

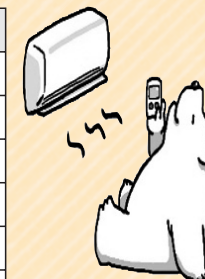
③ 見守り・声かけを行いましょう

- ・こどもや高齢者、障がいのある人の体調の変化に注意

指定暑熱避難施設（クーリングシェルター）の利用も可能です

町では昨年度、町内6つの公共施設をクーリングシェルターとして指定しています。暑さをしのぐ場所として利用が可能ですので、ご利用ください。

名 称	開放可能日等
役場本庁舎（マチドマ）	全日8:30～22:00
歌津総合支所（マチドマ）	全日9:00～21:00
総合ケアセンター南三陸（みなさん通り）	平日8:30～17:15 ※平日のみとなります。
生涯学習センター（ホール、会議室等）	全日9:00～21:00
戸倉公民館（情報コーナー、和室）	全日9:00～21:00
入谷公民館（会議室等）	全日9:00～21:00



保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113

ふれあい看護体験2025参加者募集

公益社団法人宮城県看護協会からの依頼を受け、南三陸病院看護部では、生徒・学生や一般の人が実際の看護現場の体験を通して、看護することの大切さや、人の命や健康について理解と関心を深める機会として、ふれあい看護体験2025を開催いたします。体験希望の人は南三陸病院看護部までご連絡ください。

開催日時 8月6日(水)・7日(木) 午前9時～正午

募集期限 7月31日(木)まで

参加資格 中学生以上であれば、どなたでもご参加いただけます。

体験内容 看護業務などの見学及び体験

南三陸病院 看護部 ☎46-3646