

令和8年度 後期高齢者医療制度 保険料率のお知らせ

75歳以上になられた時に（65歳以上で一定の障がいがある方は申請により）加入していただく後期高齢者医療制度について、令和8年度の保険料率は、下記のとおりです（茨城県内は均一の保険料率となります）。

保険料は、被保険者全員が負担する「均等割額」と被保険者ごとの所得に応じて負担する「所得割額」を合計して、個人単位で計算されます。

令和8年度から、「子ども・子育て支援金制度」が開始され、従来の保険料（医療分）とあわせて、子ども・子育て支援金分（子ども分）が保険料として徴収されます。

令和7年度		令和8年度	
	保険料率	医療分 保険料率	子ども分 保険料率
均等割額	47,500円	49,500円	1,400円
所得割率	9.66%	9.32%	0.28%
賦課限度額（上限）	80万円	85万円	2万1千円

※保険料率は、2年ごとに見直されます（子ども分については、令和9年度に再度見直し予定です）。

詳細は、広報いばらき（おしらせ版）5月15日号をご確認ください。

【問合せ先】

1 保険料の計算について

茨城県後期高齢者医療広域連合 事業課 ☎ 029-309-1213（平日 午前8時30分～午後5時15分）

2 保険料の納付について

茨城県保険課 ☎ 029-240-7113（直通）（平日 午前8時30分～午後5時15分）

3 子ども・子育て支援金制度について

子ども家庭庁コールセンター ☎ 0120-303-272（平日/土曜日 午前9時～午後6時）



花まる健康教室（一般介護予防事業）参加者募集

適度な運動を習慣にすることは筋力の低下を予防し、指先や頭を使うことは脳を活性化して、認知症予防に効果があります。楽しく仲間づくりをしながら健康寿命を延ばしましょう！

【花まる健康教室】

コース名	内容	回数	曜日・時間	場所	定員	参加費	講師
火曜コース	運動を中心とした、介護に陥らない体づくりを目指します。	週1回 全30回	毎週火曜 午後2時～ 3時30分	茨城県総合福祉センター「ゆうゆう館」2階多目的室	各コース 20人	6,000円	介護老人保健施設 エバーグリーン
木曜コース（午前）			毎週木曜 午前10時～ 11時30分	茨城県総合福祉センター「ゆうゆう館」2階教養娯楽室			株式会社 スマイルハート
木曜コース（午後）			毎週木曜 午後2時～ 3時30分	茨城県総合福祉センター「ゆうゆう館」2階教養娯楽室			株式会社 スマイルハート
金曜コース	脳トレで認知症を予防し、地域で元気に暮らし続ける事を目指します。		毎週金曜 午後1時30分～ 2時30分	茨城県総合福祉センター「ゆうゆう館」2階多目的室			茨城県社会福祉協議会

▶実施期間 令和8年6月～令和9年2月

▶対象 65歳以上の茨城県在住の方
※運動を希望の方で、医師から制限事項がある場合には、事前にご相談ください。

▶送迎 火曜・木曜コースはなし。金曜コースのみ要相談。

▶募集方法 ①4コースの中から第1希望～第4希望をお選びください。
②申請書に必要事項を記入し、長寿福祉課までお申し込みください。
※申請書は長寿福祉課窓口（1階3番窓口）にあります。
※ご本人への確認事項がありますので、代理による申請はできません。

▶募集期間 4月20日（月）～5月8日（金）

▶参加費 6,000円/30回

◆実施期間はコースにより異なるため、詳細日程や参加費の納入方法は、参加者の方に後日通知します。

【申込み・問合せ先】 長寿福祉課 ☎ 029-291-8407（直通）



↑火曜コース



↑木曜コース



↑金曜コース

令和8年度

ゆうゆうカフェ開催のお知らせ

ゆうゆうカフェとは

認知症の方やご家族が気軽に集える場所です。

「最近ちょっと心配…」そんな気持ちを抱えていませんか？

ゆうゆうカフェで、同じ立場の方と出会い、情報交換や活動を通して『ほっとできる時間』を過ごしましょう。

参加をご希望の方は、地域包括支援センターまでお申し込みください！

どんなことをするの？

- ①ボランティアの人や参加者と楽しくおしゃべり
- ②認知症や介護について情報交換や相談
- ③認知症予防体操やレクリエーション

▶開催日時 5月20日（水）、7月15日（水）、9月16日（水）、11月18日（水）
令和9年1月20日（水）、3月17日（水）
午前10時～11時30分

▶場所 茨城県総合福祉センター「ゆうゆう館」2階 会議室3

▶参加費 無料

▶その他 各日程、前日の正午までに地域包括支援センターへお申し込みください。

【申込み・問合せ先】 茨城県地域包括支援センター ☎ 029-292-8577

