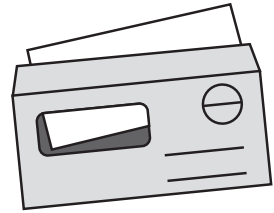


65歳以上の人の令和7年度の介護保険料納入通知書を送付します。

65歳以上の人の（第1号被保険者）の保険料は、4月1日現在の被保険者本人と世帯員の市民税課税状況などによって18段階に分かれています。介護保険料納入通知書を6月中旬に送付します。年金からの天引きで納めている人（特別徴収）は、4月6月は令和7年2月の納付額と同額の保険料が差し引かれ、8・10・12・来年の2月は、残りの保険料を各月に振り分けて差し引かれます。納付書や口座振替を利用している人（普通徴収）は、4・5月は保険料の徴収がなく、6月～来年3月まで毎月納めていただきます。納付場所を送付します。納付書裏面に記載していただきます。なお、納付場所は金融機関等の都合により変更する場合がありますのでご了承ください。



65歳以上の人（第1号被保険者）の保険料

◎カッコ内は、公費軽減適用前の金額等です。

段 階	対象者		令和7年度	
			年間保険料	保険料率
第1段階	本人が市民税非課税が	生活保護受給者、中国残留邦人等支援給付受給者、又は世帯全員が市民税非課税で老齢福祉年金（*1）の受給者	2万5627円 (4万 912円)	0.285 (0.455)
第2段階		本人の課税年金収入（*2）とその他の合計所得金額（*3）の合計が80万9000円以下の人	4万3610円 (6万1593円)	0.485 (0.685)
第3段階		本人の課税年金収入とその他の合計所得金額の合計が120万円を超える人	6万1593円 (6万2043円)	0.685 (0.690)
第4段階		本人の課税年金収入とその他の合計所得金額の合計が80万9000円以下の人	8万 925円	0.900
第5段階	本人が市民税課税	本人の課税年金収入とその他の合計所得金額の合計が80万9000円を超える人	8万9916円	1.000 基準額
第6段階		本人の合計所得金額が120万円未満の人	10万7900円	1.200
第7段階		本人の合計所得金額が120万円以上210万円未満の人	11万6891円	1.300
第8段階		本人の合計所得金額が210万円以上320万円未満の人	13万4874円	1.500
第9段階		本人の合計所得金額が320万円以上420万円未満の人	15万2858円	1.700
第10段階		本人の合計所得金額が420万円以上520万円未満の人	17万 841円	1.900
第11段階		本人の合計所得金額が520万円以上620万円未満の人	18万8824円	2.100
第12段階		本人の合計所得金額が620万円以上720万円未満の人	20万6807円	2.300
第13段階		本人の合計所得金額が720万円以上820万円未満の人	21万5799円	2.400
第14段階		本人の合計所得金額が820万円以上920万円未満の人	22万4790円	2.500
第15段階		本人の合計所得金額が920万円以上1,020万円未満の人	23万3782円	2.600
第16段階		本人の合計所得金額が1,020万円以上1,120万円未満の人	24万2774円	2.700
第17段階		本人の合計所得金額が1,120万円以上1,220万円未満の人	25万1765円	2.800
第18段階		本人の合計所得金額が1,220万円以上の人	26万 757円	2.900

【お問い合わせ】 介護保険事業担当課 保険料担当
TEL.06-6489-6376 FAX.06-6489-7505

65歳以上の方には、年に1回
胸部レントゲン検査（結核健診）の受診義務があります。

全国で年間、**1万96人**が結核を発病しています。
尼崎市の結核り患率*は全国の**約1.8倍高い水準**にあります。
また、患者の**約7割**が高齢者です。 ※結核り患率とは人口10万人あたりの結核患者数のこと。
発見の遅れにより家族や周囲の人に感染が広がった事例があります。

介護サービスの利用開始前には、ぜひ胸部レントゲン検査をお受けください。

保健所では、1,500円相当の検査を
300円で受けることができます。

【お問い合わせ】 感染症対策担当
TEL. 06-4869-3062 FAX. 06-4869-3049



あまがさき
介護保険
だより

発行：令和7（2025）年6月
尼崎市介護保険事業担当課
TEL：06-6489-6343
FAX：06-6489-7505



尼崎市のホームページアドレス
<http://www.city.amagasaki.hyogo.jp>

（*1）老齢福祉年金の主な対象者は明治44年4月1日以前に生まれた人です。
（*2）老齢や退職による年金などは課税年金、遺族年金や障害年金は非課税年金となります。
（*3）合計所得金額とは、地方税法第292条第1項第13号に規定する金額です。
ア 合計所得金額は、市民税均等割の非課税限度額、障害者・未成年者・寡婦・ひとり親の非課税基準、扶養控除、配偶者特別控除の所得判定などに用いる金額です。
イ 株式等の譲渡損失などの繰越控除を受けている場合は繰越控除前の金額となり、配当所得や株式譲渡所得は、税が源泉徴収され確定申告不要の場合がありますが、確定申告することにより合計所得金額に含まれます。
ウ 合計所得金額は、基礎・医療費・社会保険料・扶養・障害者などの各種の控除を行う前の金額です。（これら控除後の「課税所得金額」とは異なります。）
エ 介護保険では、土地や建物の譲渡所得については特別控除後の金額となります。
オ 第1段階～第5段階の人は合計所得金額を給与所得及び公的年金等に係る雑所得金額の合計から10万円控除した額で算定します。（ただし、合計額が0円を下回る場合は0円とします。）



介護マークを
ご活用ください

配布について

- 【配布対象者】
市内在住の高齢者を介護されているご家族等
- 【持参いただくもの】
●申請者(介護されているご家族)の身分証明書
●介護を要する方の、介護保険被保険者証等
- 【配布窓口】
・介護保険事業担当課（市役所北館3階）
・南北保健福祉センター
・南北福祉相談支援課
・各地区保健・福祉申請受付窓口
・各地域包括支援センター

お問い合わせ

介護保険事業担当課 窓口担当
TEL.06-6489-6343
FAX.06-6489-7505

在宅高齢者等あんしん通報システム事業

事業を利用できる方は

一人暮らしの高齢者等が、病気やケガなど自宅で起きる不測の事態や健康等の相談に24時間体制で対応するとともに、お元氣コールとして、受信センターから月1回定期的に電話をし、お身体や生活の様子を伺い、ご自宅で安心して暮らせるよう支援するものです。

- ① 65歳以上の高齢者単身世帯

② 65歳以上の方と障害者（身体障害者手帳1・2級又は療育手帳Aを所持する方）のみの世帯

③ 65歳以上の虚弱な高齢者のみの世帯

④ 身体障害者手帳1級又は2級を所持する65歳未満の障害者単身世帯

⑤ 身体障害者手帳1級又は2級、療育手帳Aを所持する65歳未満の障害者のみで構成される世帯
- ①～⑤のいずれかに該当し、固定電話回線をお持ちの方については、固定電話型の機器の利用になります。
- ※一部の電話回線ではご利用いただけない場合があります。固定電話回線をお持ちでない方については、携帯電話型の利用になります。
- ※携帯電話型については専用端末の貸出になります。

利用料

- 前年度の市県民税が非課税及び生活保護世帯の方は無料
- 前年度の市県民税が課税されている方は

固定電話型回線 …… 1,100円/月(税込)
携帯電話型回線 …… 1,980円/月(税込)
(専用機器貸し出し)

を負担していただきます。

※申請はお住まいの地区の社会福祉協議会です。

【お問い合わせ】 社会福祉協議会 地域福祉推進部 事業推進グループ TEL. 06-4950-9103 FAX. 06-4950-9136

「認知症コミュニケーション講座」 (認知症介護者向け)

認知症の方を介護しているご家族やケアマネジャー等の支援者向けの学習と交流の場です。今年度も専門家による認知症の方への接し方等の講座開催を予定していますので、ぜひ参加ください。

なお、開催日時等については、現在調整中のため、確定次第、市ホームページ等でお知らせします。

詳細は、下記QRコードで
ご確認いただくか、下記担当
課までお問合せ下さい。



認知症を正しく理解しませんか？ 「認知症サポーター養成講座」

認知症は、誰にでも起こりうる脳の病気
で、高齢者だけの病気ではありません。認
知症についてよく聞くけど…

● 認知症はどんな病気？
● 認知症の方とどのように接すればいいの？
● 本人の気持ちや介護する家族はどんな思い
をしているの？

そんな疑問を一緒に学び、
認知症サポーターになりませ
んか？講座終了者には、サ
ポーターの証であるオレンジ
リングをお渡しします！

詳細は下記QRコードでご
確認いただくか、下記担当課
までお問合せ下さい。



「フレイル」を知っていますか？ 「フレイルチェック会」

年をとって心身の活力（筋力、認知機
能、社会とのつながりなど）が低下した状
態を「フレイル」といいます。

ちよつとした衰えなどのフレイルの兆候
に早めに気づき、日常生活を見直すなどの
正しい対処をすれば、フレイルの進行を抑
制したり、健康な状態に戻したりすること
ができます。

「フレイルチェック会」では、東京大学
高齢社会総合研究機構が考案したプログ
ラムに基づき、市民サポーターによるフレ
イルの啓発や参加者の筋肉量・お口の健康状
態等を質問票や機器を使ってチェックを行
います。

詳細は、下記QRコードで
ご確認いただくか、下記担当
課までお問合せ下さい。



「フレイルチェック会」に

参加しませんか？

100万歩へチャレンジ！

ご自分のペースで気軽に始め、
継続することができるウォーキン
グを始めてみませんか？

市内在住の65歳以上の方を対象
に、ウォーキングを推奨する「い
きいき100万歩運動事業」を実施し
ています。

参加者には1日の歩数を記録す
るための「いきいき100万歩貯筋通
帳」をお渡しするほか、ウォーキ
ング講座や体力測定会等へ参加頂
けますので、お近くの老人福祉セ
ンターまたは包括支援担当まで介
護保険被保険者証を持ってお越し
ください。

1日1万歩を限度として自身の
体力や体調に合わせて取り組み、
その日歩いた歩数を積み立てて下
さい。100万歩以降、
所定の歩数を達成
された方には、記
念品を差し上げま
す。



「高齢者ふれあいサロン」に参加してみませんか？

外出のきっかけづくりとして
高齢者ふれあいサロンに
参加してみませんか？

地域の会館等で高齢者をはじめ
とする住民の皆様が集まって談笑
したり、簡単な健康体操等を行う
「高齢者ふれあいサロン」が実施
されています。（市内約130ヶ所）
お近くのサロ
ン活動に参加
して、仲間づ
くりや健康づ
くりをしてみ
ませんか？

詳細は左下QRコードでご確認
いただくか、下記担当課までお問
合せ下さい。

また、市ではサ
ロンを運営する団
体に対し、運営経
費の一部の補助も
行っています。



【お問い合わせ】 包括支援担当課 TEL. 06-6489-6356 FAX. 06-6489-6528

いつまでも体力に自信を持てる身体づくりをはじめませんか？

～武庫健康ふれあい体育館で、体験型スポーツクラブ教室を開催します～

令和7年4月1日にオープンした「武庫健康ふれあい体育館」で、高齢者を対象にスポーツジムで実施されているプログラム（ヨガやエアロビクス、歩き方講座等）を体験できる事業を実施します。

ポイント

- ① ジムで実施されているプログラムが体験できます。

② 新しい仲間づくりができます。

③ ジムのトレーナーが、身体のパランスや、筋力を測定し、アドバイスをしてくれます。
- ④ フレイル予防の知識が深まる講座を受講できます。

⑤ 自分一人でもできる運動を紹介してもらえます。

⑥ 修了者には、指定のスポーツジム利用料の割引特典があります。（最大12,000円）

無料!!

対象

尼崎市在住の65歳以上の方
注）要支援・要介護の認定を受けていない方に限ります。

実施

・令和7年7月～9月の火曜日
・令和7年10月～12月の火曜日
・令和8年1月～3月の火曜日
注）募集期間等は、6月・9月・12月の市報及び市ホームページ（ページ番号：1040967）にて案内します。

場所

尼崎市立武庫健康ふれあい体育館（西武庫公園内）
（所在地）尼崎市武庫元町3-14-1
（アクセス）阪神バス「西武庫公園」で下車後徒歩3分ほど

問い合わせ先

ルネサンス伊丹24 担当：土山（どやま）
（所在地）伊丹市東有岡1-20
（tel）072-773-8160
（e-mail）r-5650@s-renaissance.co.jp
注1）金曜日は、休館のため電話は繋がりません。
注2）電話、メールの際、「尼崎事業について」とお伝えください。

認知症の方が安心して外出できる取組について



被保険者は？

本人（＝加入要件を満たす認知症の方）
配偶者・生計を共にする同居親族 など

費用は無料！

保険料は市が負担
※市が保険契約者となります。

保険金額は？

上限 **1億円**

【主な事故例】

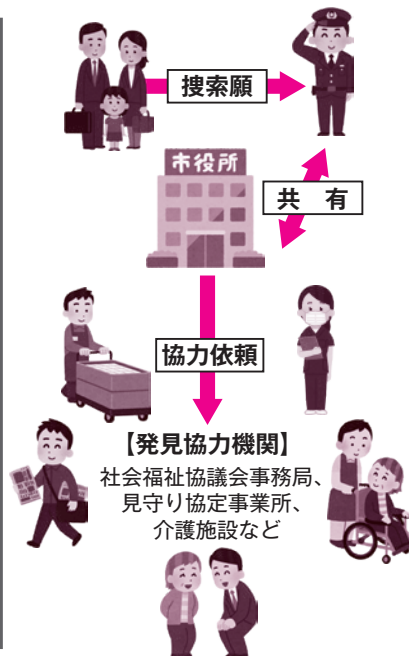
- ① 誤って他人の自転車を壊してしまった。
- ② レストランで食事中に、誤ってイスを汚してしまった。
- ③ 漏水事故が発生、階下の建物や家財に損害を与えてしまった。

【保険加入対象者】
尼崎市に住民票がある方で、左記①～③の条件をすべて満たす方。
① 尼崎市「認知症みんなで支えるSOS ネットワーク」の登録者
② 在宅生活者
③ 日常生活に支障をきたすような認知症状態等が一定見られ、自身で外出が可能な方（※）
※要件の詳細についてはホームページ等で制度案内をご確認ください。

（1）認知症高齢者等個人賠償責任保険
認知症の方が日常生活における偶然な事故により、他人にケガを負わせたり、他人の財物を壊したなどによって、ご本人やご家族が法律上の損害賠償責任を負ってしまった場合に、その賠償金を補償する保険です。

（2）認知症みんなで支える SOS ネットワーク

認知症で行方不明になる心配がある方の氏名や写真を事前に登録しておくことで、その方が行方不明になった場合に、警察と市が連携し、発見の協力を申し出ている機関へ行方不明者の情報を提供する事で、早期発見・保護につながる仕組みです。



（1）・（2）とも、お申込みはお住まいの地域を担当する地域包括支援センターへ

（3）認知症高齢者等 GPS 利用支援サービス

認知症で行方不明になる心配がある在宅で生活している方を対象に、位置情報検索器（GPS）の貸出を行います（初期費用を市が負担します）。
位置情報をご家族等が持っているスマートフォンなどで確認することができ、見守りが可能になります。



GPS機器利用料

機器利用登録料	無料
検索料金 （インターネット検索）	
月額利用料 オプションサービス	ご利用者負担

※課税状況等により異なります。詳しくはお問い合わせください。

地域の身近な「相談窓口」として、地域包括支援センターをご利用ください！

尼崎市では、12か所の地域包括支援センターを設置しています。
ご相談のある場合は、お住まいの地域を担当する地域包括支援センターをご利用ください。

いろいろご相談ください（総合相談・支援）

高齢者のみなさんやその家族、近隣に暮らす方の介護に関する悩みや問題に対応します。介護に関する相談や心配ごと、健康や福祉、医療や生活に関することなど、いろいろご相談ください。

権利を守りたい（権利擁護・虐待防止など）

高齢者のみなさんが安心して暮らせるよう、成年後見制度の紹介や、虐待防止などに対応します。

在宅での自立した生活のために（介護予防ケアマネジメント）

できる限り在宅で自立した生活が継続できるよう、介護予防の相談や介護予防ケアプランの作成を行います。65歳以上の全ての方を対象とした健康づくり、介護予防を応援するための相談を行っています。

さまざまな方面から支えたい（包括的・継続的ケアマネジメント）

高齢者のみなさんを支える地域のケアマネジャーの支援のほか、地域の多様な社会資源を活用したケアマネジメント体制づくりに力をいれます。

【お問い合わせ】 包括支援担当課 TEL. 06-6489-6356 FAX. 06-6489-6528

予防救急について学びませんか

『予防救急』とは、救急車が必要になるような「病気やケガ」等を、ほんの少しの「注意や心がけ」で防ぐ取り組みのことです。
年齢を積み重ねると、筋力・視力・聴力などの低下に伴い、転びやすくなったり、つまづきやすくなります。

どのようなことに意識すれば、そのような危険な場面を未然に防ぐことができるかを、尼崎市消防局で実施している予防救急講習では、わかりやすくお伝えします。
ぜひ、一人でも多くの予防救急講習への参加をお待ちしております！

予防救急講習

日時・場所

7月25日（金曜日）
10時～11時まで
尼崎市防災センター3階多目的ホール

12月23日（火曜日）
10時～11時まで
尼崎市北部防災センター4階多目的ホール

※市政出前講座の受付については随時受付しています

申し込み

下記 QR コードから申し込み可能です



ポリファーマシーの予防に、お薬手帳を活用しましょう！

処方薬を正しく服薬することは大切です。しかし、医師が他の医療機関での処方薬を把握できない場合など、必要より多くの薬や同じ効果の薬を重複して服用することになり、体の不調につながることがあります。この状態をポリファーマシーといいます。

- かかりつけの医師や薬剤師に
- お薬手帳を見てもらいましょう。
- お薬手帳は一冊にまとめましょう。

【お問い合わせ】 健康増進課
TEL. 06-4869-3033 FAX. 06-4869-3049

【お問い合わせ】 尼崎市消防局 救急課 TEL. 06-6481-3966

年1回の健診は受けましたか？



＜受診に必要なもの等（年齢・加入保険別）＞

※1年度（4月1日から翌年3月31日）に1回受診することができます。

年齢	40歳～74歳		75歳以上
加入保険	尼崎市 国民健康保険	その他	兵庫県後期高齢者医療制度
健診費用	無料		無料
受診時に 必要な物	①受診券 ②マイナ保険証（資格確認 書または健康保険証（有効 期限内））でも可	加入している 医療保険に お問い合わせ ください	マイナ保険証 ※後期高齢者医療資格確認書 または後期高齢者医療被保険 者証（有効期限内）でも可

＜7月集団健診の日程＞

日にち	場 所	受付時間
1日（火）	園田東生涯学習プラザ	9：30～11：30
2日（水）	ハーティ21	9：30～11：30
5日（土）	保健所	8：30～11：30
7日（月）	保健所	8：30～11：30
9日（水）	女性センタートレピエ	9：30～12：00
12日（土）	ハーティ21 ※	9：30～11：30
15日（火）	小田南生涯学習プラザ ○	9：30～11：30 13：00～15：00
16日（水）	大庄北生涯学習プラザ	9：30～11：30
18日（金）	ハーティ21	9：30～11：30
21日（月・祝）	中小企業センター	9：30～12：00
22日（火）	武庫西生涯学習プラザ	9：30～11：30
25日（金）	保健所	8：30～11：30
26日（土）	【予約不可】大西東福祉協会集会所	9：00～12：00
29日（火）	園田東生涯学習プラザ	9：30～12：00
	ハーティ21	9：30～11：30
31日（木）	小田南生涯学習プラザ	9：30～12：00

○集団健診で受ける場合○

TEL. 0120-552-363
10：00～17：00（土・日・祝日を除く）
FAX. 0120-774-005

※ 予約は受診希望日の2日前まで（土・日・祝日を除く）
10時30分以降は予約しなくても受診可能です。（当日の
状況により待ち時間が長くなることや受診をお断りする
ことがありますのでご予約をおすすめします。）

○医療機関で受ける場合○

かかりつけ医など市内の医療機関でも健
診を行っています。予約は各医療機関に
直接連絡して下さい。

医療機関リストはこちら →



がん検診もセットで受けることができます。

集団健診で受けられるがん検診（40歳以上）

肺がん検診 …………… 300円
大腸がん検診【要検査キット】 …… 900円
胃がん検診（X線） …………… 800円（※一部会場のみ）
乳がん検診（2年に1回・女性） …… 2,200円（※一部会場のみ）

詳しくはがん検診担当
（TEL. 06-4869-3033 FAX. 06-4869-3049）
までお問い合わせください。



※胃がん検診実施日
○乳がん検診実施日

・健診と一緒に受けられます!!
・胃がん、乳がん検診は予約枠に限りが
ありますので、ご了承ください。

【お問い合わせ】健康支援推進担当
TEL. 06-6435-8967 FAX. 06-6435-8968



おいしく食べよう 健口教室



お口を健康に保ち、バランスの良い食事をとることは、とても大切です。いつまでもおいしく食べて、毎日元気に
過ごせるよう「食事」や「お口」に関する体験学習を実施しています。ぜひ、お近くの会場でご参加ください。

【対 象】65歳以上の市民
【内 容】講話（お口のケア、低栄養予防）、お口の体操、
簡単クッキングの実演・試食
全日程同一内容、時間は10：00～11：30
【持ち物】筆記用具
【申込み】『北』… 北部地域保健課 TEL 06-4950-0637
『南』… 南部地域保健課 TEL 06-6415-6342

実施日	実施場所	定員数	申し込み先
7月11日（金）	大庄北生涯学習プラザ	20名	南
7月29日（火）	立花南生涯学習プラザ	20名	北
7月29日（火）	小田南生涯学習プラザ	20名	南
7月30日（水）	中央南生涯学習プラザ	15名	南
8月19日（火）	園田東生涯学習プラザ	20名	北
8月21日（木）	武庫西生涯学習プラザ	20名	北

出前講座（実施期間：令和7年6月～令和8年3月）

ご依頼により、地域みなさんが交流する場へ管理栄養士（栄養士）・歯科衛生士
が伺います。

【対 象】概ね65歳以上の市民団体（概ね5人以上）
【内 容】どちらかをお選びください
「栄養・食生活」…管理栄養士（栄養士）のお話と簡単レシピ紹介
（要件を満たせば試食も可）
「お口の健康」 ……歯科衛生士のお話とお口の体操

【時 間】概ね1時間程度
【申込み】講座希望日の1か月前までに下記お問い合わせ先へお申し込み下さい。

【お問い合わせ】南部保健福祉センター 南部地域保健課 栄養・歯科指導担当
TEL. 06-6415-6342 FAX. 06-6430-6850

介護サービス等に関する 不審な電話 に注意してください

市内で、家事・掃除の代行サービスや住宅改修などの介護サービス
等をあっせんする不審な電話が発生しています。

全国的にも介護保険制度に便乗した悪質な商法や詐欺行為等による
被害が発生していますので、見ず知らずの電話には安易に出ず、イン
ターネットで電話番号を調べるなどの対処方法をお取りください。また、
不審な人や見知らぬ人の訪問については、必ず身分証明書の提示
を求め、むやみに金品を渡さないようにしましょう。

もし不審なことがありましたら、
消費生活センター（相談専用ダイヤル：06-6489-6696）
までお問い合わせください。

老人クラブの入会を受け付けています

対象者は市内在住のおおむね60歳以上の人。
活動内容など詳細は各老人クラブへ。

クラブ名	問い合わせ先
中央地区老人クラブ連合会	☎ 6482-1790 FAX 6489-9300
小田老人クラブ連合会	☎ 6488-5443 FAX 6488-5459
大庄地区老人クラブ連絡会	☎ 6419-8225 FAX 6419-8226
立花地区老人クラブ連絡会	☎ 4950-5007 FAX 6429-7007
武庫地区老人クラブ連絡会	☎ 6431-7884 FAX 6431-9542
園田地区老人クラブ連絡会	☎ 4950-0410 FAX 6491-2364
尼崎市老人クラブ連合会	☎ 6489-1113 FAX 6489-1135

～ 介護サービス利用にあたっての尼崎市からのお願い ～



高齢化が進み介護需要が高まる一方、介護人材は不足しております。
ハラスメントによる介護職員の離職を防ぎ、介護職員が安心して働ける環境を整えることは、皆さま
への適切な介護サービスの提供につながります。住み慣れた地域で安心して暮らしていただくために、
利用者一人ひとりが介護サービスの適切な利用にご協力ください。

