



フレイル予防はじめてみませんか?~TAMAフレイル予防プロジェクト(TFPP)~

6月11日(木)午後1時30分~3時30分 貝取こぶし館ホール 65歳以上の市内在住者 測定(5m通常歩行速度、身長・体重・BMI、開眼片足立ち)、国士舘大学講師によるフレイル予防講座など 持ち物 飲み物、タオル、室内用運動靴 1002881 当日直接会場へ 高齢支援課 ☎(338)6924

老人福祉センター寿大学パソコン講座①ワード初級(W初-1) ②パソコンはじめてみよう!(P初-1)受講生募集

6月29日(月)、7月3日(金)・6日(月)・10日(金)・13日(月)・17日(金)、各午前10時~正午 6月29日(月)、7月3日(金)・6日(月)・10日(金)・13日(月)・17日(金)・24日(金)、各午後2時~4時 二幸産業・NSP健康福祉プラザ704研修室 市内在住の60歳以上の方で ①キーボード(文字入力含む)・マウス操作ができる方 ②パソコン操作に慣れていない方 各15人(応募者多数の場合は抽選) ①1,200円②1,400円(全回分) 6月15日(月)必着の、往復はがき(1講座につき1枚)往信欄裏面に希望講座名・住所・氏名・ふりがな・生年月日(年齢)・電話番号、返信欄宛名面に住所・氏名を記入し郵送、または住所・氏名を記入した通常はがきを直接持参し、〒206-0032南野3-15-1二幸産業・NSP健康福祉プラザ3階老人福祉センター寿大学担当 ☎(356)0303へ



スマートフォン教室(全4回)

6月10日(水)・12日(金)・17日(水)・19日(金)各午後1時~4時 二幸産業・NSP健康福祉プラザ704研修室 スマートフォンをお持ちでない・操作に慣れていない60歳以上の都民 10人(応募者多数の場合は抽選) 基本操作、情報収集、申請・決済など 持ち物 ご自身のスマートフォン(お持ちの方) 主催 東京都 備考 最長3カ月間のスマートフォンの貸し出しあり 1012114 6月3日(水)までに、電話で、東京都スマートフォン普及啓発事業事務局 ☎03(6316)3169(平日午前9時~午後5時)へ



令和8年度多摩市チャレンジ雇用職員(会計年度任用職員)募集

障がい者雇用・就労を推進するため、チャレンジ雇用「ハートフルオフィス」事業を実施しています。市で雇用された経験を活かし、一般企業への就労を目的としています。

要項に記載の勤務条件で勤務可能で、次の要件をすべて満たす方 ①愛の手帳または精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている ②市が実施する庁内実習またはチャレンジ雇用体験実習を受けた、またはそれと同等の経験を有し、そのことを事業者(障害者総合支援法に基づく訓練等給付を提供する指定障害福祉サービス事業者などが認め、推薦書がある 備考 詳細は、公式ホームページ掲載または市役所1階障害福祉課・3階人事課、聖蹟桜ヶ丘駅・多摩センター駅各出張所、永山公民館で配布の募集要項参照 1005506 6月19日(金)までに、直接持参または特定記録郵便で、必要書類を、〒206-8666人事課へ 採用については人事課 ☎(338)6804、業務内容・就労支援については障害福祉課 ☎(338)6847

音訳者養成講座(初級)

音訳講座=8月28日(金)、9月4日(金)・11日(金)・25日(金)、10月2日(金)・9日(金)・16日(金)・23日(金)・30日(金)、11月6日(金)・18日(水)・27日(金)、各午後2時~4時、デイジー編集講座=12月9日(水)~11日(金)午前10時~午後3時 10人 市内図書館で音訳者として活動するための必修講座 持ち物 筆記用具 備考 選考あり。対象・選考などの詳細は、図書館ホームページ掲載の募集要項参照 1019851 6月30日(火)までに、図書館・市公式ホームページのインターネット手続きまたは直接、申込書を、中央図書館 ☎(373)7955へ

みんなの美術作品展①実行委員 ②開催周知ポスター原画③来場者参加型ワークショップ・ライブパフォーマンス作品の募集

開催期間 11月29日(日)~12月6日(日) 活動期間 ①令和9年3月31日(水)まで 備考 ②選考あり。申し込み方法などの詳細は、合同会社MichiLab ☎https://www.michilab.co.jp/art36-entry/ 参照 1012522 障害福祉課 ☎(338)6847・☎(371)1200 詳細はこちら

後期高齢者医療保険料の令和8・9年度の保険料率が決定しました

後期高齢者医療制度の保険料率は、法令に基づき、2年に一度見直しを行っています。

●決定通知書発送 7月中旬

●見直しの理由

被保険者数や医療給付費の増加が見込まれます。その中でも後期高齢者医療制度の持続性を高め、被保険者の皆さんが安心して医療を受けられるよう制度改正が行われ、保険料に反映されます。また、令和8年度から「子ども・子育て支援金制度」が開始され、医療保険料と合わせて納めていただきます。

●改定の詳細

均等割額と所得割率の引き上げ 保険料額は「均等割額」+「所得割額(保険料計算のもととなる所得金額×所得割率)」で決定します。

【医療分】

均等割額：47,300円から53,300円

に引き上げ

所得割率：9.67%から9.88%に引き上げ

【子ども・子育て支援金分】NEW

均等割額：1,300円

所得割率：0.26%

●保険料賦課限度額

医療分：80万円から85万円に引き上げ

子ども・子育て支援金分：21,000円

上限金額合計：87万1千円

●均等割額

均等割額の7割軽減は、令和8・9年度分の医療分に限り7.2割軽減となり、負担増を緩和します。

1002042 個別のご相談について =保険年金課 ☎(338)6807、制度について =東京都後期高齢者医療広域連合お問合せセンター ☎0570(086)519・☎0570(086)075

令和8年度多摩市国民健康保険の保険税率などを変更しました

市の国民健康保険税(以下「保険税」)の税率などを改定しました。また子ども・子育て支援金制度の開始に伴い、保険税からも支援金の徴収が始まります。また未就学児の均等割の減免を実施します。具体的な年税額は6月中旬に送付する納税通知書で確認してください。

●保険税率の引き上げ

国保財政を健全に運営することを目指して、保険税率を引き上げました。

令和8年度の保険税率

区分		令和7年度	令和8年度
基礎課税分(医療分)	所得割税率	6.16%	6.28%
	均等割額	30,200円	30,800円
後期高齢者支援金等課税分(後期分)	所得割税率	2.00%	2.04%
	均等割額	12,400円	12,600円
介護納付金課税分(介護分)	所得割税率	1.78%	1.82%
	均等割額	12,600円	12,900円
子ども・子育て支援金課税分(子ども分)	所得割税率	-	0.30%
	均等割額	-	1,900円

●財政赤字の健全化

毎年お支払いいただいている保険税だけでは、支出をまかなうことができず赤字となり、他の財源から繰り入れ(法定外繰入金)を行

っています。市は各種保健事業を実施し医療費の適正化に努めていますが、この赤字を削減するため、保険税を増額する必要があります。今後も赤字を削減するため、毎年、保険税率を見直す予定です。

詳細はこちら▶



●子ども・子育て支援金制度の開始

国の子育て支援政策拡充のため、今年度から子ども・子育て支援金制度が始まりました。多摩市でもこの支援金を拠出するため、子ども・子育て支援金分として保険税から徴収します。

●未就学児の均等割額を減免します

市独自の制度として、未就学児均等割の半額減免を開始します。国の半額軽減とあわせ、未就学児の被保険者は均等割額が0円となります。

備考 通知送付直後は電話が混み合うため、6月15日(月)~30日(火)はお問い合わせフォームから問い合わせ可 1002017 保険年金課 ☎(338)6840



問い合わせフォームはこちら▲