食のゼミナール
たまごの耳より情報を聴いてたまご券をゲットしよう

たまごからあなたは何を連想しますか。

たまごは、朝食の定番たまご焼きなど多くの料理をはじめ、お菓子などにも広く使われるオールマイティーな食材です。

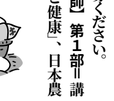
また、その栄養価の高さから、たまごは栄養食品ともいわれます。さらに最近では、アンチエイジング（抗老化）の効果があるとされています。

たまごにはどんな秘密があるのか改めて学んでみませんか。

なお、協賛会社から参加者全員にもれなく「たまご券」を贈呈します。

ぜひご応募ください。

【内容・講師】第1部＝講話「たまごと健康」、日本農産工業株式会社・研究開発センター長補佐、食品保健指導士の横山次郎氏　第2部＝「食育ってなあに」（栄養二色の中から「マゴタチ・ハヤサシイ」のキッチンフレーズを中心に講演）、社団法人栄養改善普及会理事の在塚茂登子氏



【日時】6月15日（木）午前10時

【会場】市民プラザホール

【定員】先着100人

【参加費】無料

【持ち物】筆記用具

申し込みは6月2日（金）午前9時から電話で生活文化課☎470・7738へ。

詳しくは同課へ。

◆生活文化課メールアドレス
seikatsubunka@city.higashikurume.lg.jp

多摩六都
大人のための管楽器アンサンブル講座
～ゼロから始めるポピュラーアンサンブル～

多摩北部都市広域行政圏協議会（東久留米市、小平市、東村山市、清瀬市、西東京市）では、多摩六都フェアを実施しています。

今年は、初めて楽器を手にした方でも映画音楽やポップスなどの吹奏楽が楽しめる講座を開催します。専門の指導者の下での練習成果を、発表演奏会で披露してみませんか。

【日時】7月11日～19年3月13日の毎週火曜日（約30回）、午後7時半～9時半

【会場】コール田無多目的ホール（西東京市田無町3ノ7ノ2）

※駐車場はありません。

【応募資格】東久留米市、小平市、東村山市、清瀬市、西東京市に在住・在勤・在学の社会人で初心者の方

【募集人数】50人程度（応募者多数の場合は抽選）

【受講料】前期1万円、後期1万5000円

※途中返還はしません。

【募集パート】フルート、クラリネット、サクソホン、トランペット、トロンボーン、ユーホニウム、ベース、ドラムス、ピアノ等。楽器は有料で貸し出しできます

※受講者には、7月8日（土）の楽器体験会に参加していただきます。詳しくは返信はがきでお知らせします。

【練習曲】ムーンリバー、トップオブザワールド、日本の童謡　ほか

【発表演奏会】19年3月17日（土）午後5時開演予定（保谷こもれびホール）

申し込みは6月20日（火）までに（必着、往復はがきに住所・氏名・年齢・電話番号・希望楽器と経験の有無・自己PRを記入の上、〒202－8555、西東京市中町1ノ5ノ1、保谷こもれびホール「大人のための管楽器アンサンブル講座」担当あて郵送を。

詳しくは同ホール☎421－1919へ。

第35回消費生活展参加者募集
～あなたとわたしの今できること～

わたしたちの「消費生活」とは、単に衣食住だけにとどまらず、契約や商品の購入、環境に至るまでとても幅広い問題を含んでいます。

消費生活展は、わたしたちが真に心豊かな暮らしを自ら見いだせるよう、消費生活上の身近な問題をテーマに、消費者意識の高揚と消費生活の向上を図るため、参加団体による実行委員会と市の共催で毎年開催しています。

35回目を迎える今年度は、12月2日（土）・3日（日）の2日間、市民プラザで開催する予定です。

消費生活に関する日ごろの成果発表の場として、自分たちの活動を幅広く市民にPRしたい方、これを機会に普段暮らしのなかで疑問に思っていることを勉強してみたい方、ぜひご参加ください。

第1回実行委員会は6月26日（月）午前10時から市民生活館で開催します。

申し込みは、6月22日（木）までに（必着、はがきに氏名・住所・電話番号・活動内容または参加してやってみたいことを記入の上、〒203－8555、市役所生活文化課市民協働係あて郵送（電子メールも可）を。

詳しくは同係☎470・7738へ。

国民年金だより

全額免除・若年者納付猶予制度の申請が簡略化

17年7月から、全額免除または若年者納付猶予制度に申請し承認された場合（失業または災害を事由とする特例承認は除く）、翌年度以降も引き続き申請を行う旨をあらかじめ申し出ていただくことで翌年度以降の申請が省略できます。

17年7月以降に全額免除または若年者納付猶予制度を申請し承認され、翌年度以降も継続して申請する旨を申し出ていた方は、18年度の申請は必要ありません。

ただし、毎年、全額免除、若年者納付猶予制度に該当するか要件審査を行い、審査の結果、却下となることもあります。

詳しくは保険年金課国保年金資格係☎470・7732または武蔵野社会保険事務所☎0422・56・1411へ。

保険料の追納額のお知らせ

保険料の免除や学生・若年者の特例を承認されている期間は、保険料を全額納付したときに比べ、受け取る年金額が少なくなります。しかし、10年以内であれば、追納して年金額を増やすことができます。追納する保険料は、2年を経過した分については、当時の保険料に対して、経過した年数に応じて政令で定められた率を乗じた額が加算されます。各年度の追納額は左表の通りです。

詳しくは同事務所へ。

18年度国民年金保険料追納額

免除に該当している年度	全額免除（月額）	半額免除（月額）
8年度	1万6480円	
9年度	1万6260円	
10年度	1万6010円	
11年度	1万5400円	
12年度	1万4800円	
13年度	1万4230円	
14年度	1万3690円	6840円
15年度	1万3490円	6740円
16年度	1万3300円	6650円
17年度	1万3580円	6790円

市民伝言板

会員募集

◆健康三月すずらんの会
月2回、土曜日の午後1時45分～3時15分、中央公民館。会費1000円。やさしいヨガ・ジポ・ストレッチ等。詳しくは林☎474・1665へ。

◆東久留米和太鼓集団座どんどこ　毎週金曜日の午後7時～9時、南町小学校。会費月1000円。詳しくは寺本☎458・7750（ファクス同）へ。

◆混声合唱団グレイス　毎月第7・第4木曜日、東部地域センターほかで。入会金1000円、会費月2000円。クラシックからポップスまでの名曲、正しい発声は健康にも最適。詳しくは月☎421・8507へ。

◆合気道養神（ようしん）館東久留米クラブ　月4回①月曜日の午後5時10分～6時10分②木曜日の午後6時20分～7時20分または7時～8時半。いずれもスポーツセンターで。会費月（週1回）子どもが3000円、一般が4000円。親子が5000円まで。初心者から自分段者まで。詳しくは村上☎421・1229へ。

◆バイオリンアンサンブルけやき　毎月第1・第3月曜日の午前10時～正午、滝山団地集会場（滝山八丁目）で。会費月3000円。3時受付けは午後2時まで。雨天中止。入場無料。無料生活相談、包丁研ぎ、まな板削り等。詳しくは①が建設ユニオン東久留米支部・石原☎423・5623、②が東京土建・鈴木☎473・8751へ。

◆みんなのうたこえ喫茶　ふうたの広場の会　毎月第1日曜日午後2時～4時、市役所1階屋内ひろばで。参加費300円。詳しくは小坂☎477・4771へ。

◆第29回住宅テー　①6月4日（日）浅間町地区センター②25日（日）滝山団地センター前広場（滝山四丁目）で。いずれも午前10時～午後3時。雨天中止。入場無料。

◆東久留米南沢カラオケ友好会　主に月4回、土曜日の午後6時～9時、茶をこよう篠宮団地・専用練習場（南沢一丁目）で。入会金1000円、会費月1500円。初心者歓迎。詳しくは篠宮☎471・1022へ。

◆らくらくストレッチ体操　毎週水曜日の午前10時半～正午、中央公民館で。会費月3000円。ジャズの音楽に合わせたやさしいダンスも行います。詳しくは谷口☎472・6552へ。

◆社交ダンス（リトルアケダンスサークル）　月4回、金曜日の午前9時半～11時45分、市民プラザホールで。入会金1000円、会費月2000円。中級者。詳しくは鈴木☎090・6514・7171へ。

◆喜楽軟式野球（マキ野球クラブ）　月2回程度、日曜日、白山緑場ほか市内のグラウンドで。会費年1万円。16歳以上。詳しくは姜野☎475・7219へ。

◆社交ダンス（全集ダンスサークル）　月4回、金曜日の午後6時～8時、コミュニティホール東本町で。会費月8081・6355へ。

◆ジャズダンス（ダンスM.S）　毎週1月曜日の午前11時半～午後1時20分がスポーツセンター②水曜日の午後6時～8時20分または8時からがコミュニティホール東本町で。入会金1000円、会費1回1200円。ジュニア・初級・中級クラスあり。詳しくはカムラ☎473・1229へ。

◆ママさんバスケットボール（キャロット）　毎週火曜・土曜・日曜日の午後7時～9時、スポーツセンターほかで。会費月1000円。既婚者。詳しくは服部☎475・0454へ。

◆東くるめ市民自由大学陶芸教室　毎月第2・第3土曜日の2前9時～午後5時、主に中央公民館で。入会金1万円、会費月3000円。入会条件あり。若干名。詳しくは6月10日・17日、いずれも土曜日午前10時から見学を。詳しくは川口☎471・0655へ。

◆バーリボール（東久留米の情報ステーション）　主に毎週火曜日の午後7時～9時、第二小学校で。会費年6000円（スポーツ保険・ユニフォーム工着代込み）。初心者歓迎。中学生から、男女混合6人制がメイン。マネジャーも募集。詳しくは林木☎474・1206へ。

◆久留美俳句会　毎月第3金曜日の午後1時から、成美教育文化会館で。会費月800円。未経験者可。詳しくは石田☎423・3695へ。

◆手遊び・歌歌・絵本の読み聞かせ（ろんりむ）　毎月①第1木曜日が第一公務員住宅集会所（上の原一丁目）②第2・第3月曜日がスポーツセンターで。いずれも午前10時～11時。マタニティママ、未就園児とそのママ、ママだけでも可。詳しくは木村☎475・5833へ。

◆東久留米市マジックBOX好会（マジックBOX）　毎月第1・第3木曜日の午後7時～9時、中央公民館で。入会金3000円、会費月2000円、月に一度プロ講師による指導あり。詳しくは宏宅（あたか）☎464・1605へ。

催し

◆第29回住宅テー　①6月4日（日）浅間町地区センター②25日（日）滝山団地センター前広場（滝山四丁目）で。いずれも午前10時～午後3時。雨天中止。入場無料。無料生活相談、包丁研ぎ、まな板削り等。詳しくは①が建設ユニオン東久留米支部・石原☎423・5623、②が東京土建・鈴木☎473・8751へ。

◆職人フェスティバル（建設ユニオン多摩北支部）　6月4日（日）午前10時～午後3時、市役所1階屋外ひろばで。入場無料。地元建設職人の「技」の実演や木工教室、無料生活相談。詳しくは赤津☎463・1009へ。

◆ピアノ・バイオリン・チェロによる演奏会（アンサンブルルチェピアノ）　毎月第2・第4土曜日の午前10時～11時半、南町地域センターで。参加費無料。詳しくは瀬（いちのせ）☎477・7253へ。

国保情報

18年度国保税の税率等改定（介護分）

介護サービスに要する費用に充てる財源は、50％を公費が負担し、残り50％を相互扶助の考え方により、40歳以上のすべての方が負担するとしています。

そのうち40歳～64歳の方は、第2号被保険者として加入している医療保険制度から保険料（税）として納めるとされています。国保では、介護保険（介護）納付金相当分から国庫支出金等を除いた分を国保税に「介護分」として上乗せして賦課しています。

検討の経過

介護納付金も、介護保険制度の利用拡大に伴って増加しています。

これに対応するため市では、18年度国保税の税率等改定（介護分）について検討を行う必要が生じました。

1月に国民健康保険運営協議会に対して「国保税の税率等改定（介護分）について諮問し、同協議会で改定の必要性や内容等を審議、検討し答申が出されました。

この答申を受けて、3月に開かれた第1回定例市議会に国保税条例の改正案を上程し、原案通り可決されました。

改定の内容

18年度介護納付金の見込額は、前年度に比較して1403万7千円増加し、公費負担分を除いても2519万8千円の不足が生じます。

介護納付金に係る必要相当額を国保税として賦課・徴収するとされている国保法の規定に基づき、制度の趣旨に沿って介護保険に係る税率等を次の通り改定します（表1、2参照）。

なお、今回の改定による引き上げ総額は、年間で1538万円（1人当たり1053円）となります。

詳しくは保険年金課国民健康保険係☎470・7733へ。

65歳以上の公的年金等に係る所得の算定方法が変わります

地方税法等の改正により、65歳以上の方の公的年金等控除額から差し引く公的年金等控除額が、18年度から引き下げられました（表3参照）。

前年と比較して公的年金収入が同じでも、所得金額が増えることにより国保税の所得割算定や軽減判定に影響が出じ、16・17年分の収入に公的年金があった方で、18年1月1日現在66歳以上の方は、国保税が増える場合があります。

経過措置による負担緩和

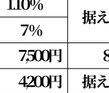
国保税の急激な負担増を緩和するために経過措置が講じられます。

今回の改正により66歳以上で国保税の負担に影響がある方に対して、18年度は13万円、19年度は7万円を、公的年金等控除額に上乗せして特別控除することになりました。

詳しくは保険年金課国民健康保険係☎470・7733へ。

入院時食事代（標準負担額）の負担が軽減されます

入院時の食事療養費（標準負担額）に関し市民税非課税世帯に該当する方は、申請により「標準負担額減額認定証」の交付を受けると本人負担額の軽減が受けられます。（表4参照）



入院中で新たに申請される方や7月31日で有効期限が切れ引き続き更新される方は、被保険者証と認印を持参して保険年金課国保年金資格係（市役所1階）で申請を。

高齢者医療の負担軽減措置を受けている方は国民健康保険の高齢者医療を受けるときに、市民税非課税世帯に該当する方は、申請により「国民健康保険限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付を受けると1カ月の負担限度額が1万2千円から8千円に引き下げられ、また、入院時の食事療養費の減額が受けられる等の軽減措置が受けられます（表4参照）。

この負担額減額認定証の有効期限は7月31日ですので引き続き交付を受ける方は、被保険者証と認印を持参して同課で手続きをお願いします。

詳しくは同課国保年金資格係☎470・7732へ。

表1　18年度国保税の改定ポイント

区分			改定前	改定後
医療分の税率等	応能割	所得割税率（世帯の所得に応じて計算）	4.16%	据え置き
		資産割税率（世帯で有している固定資産税に応じて計算）	16%	
	応益割	均等割額（被保険者数に応じて計算）	2万5800円	
		平等割額（世帯ごとに計算）	1万1000円	
	医療分限度額		53万円	
介護分の税率等	応能割	所得割税率	1.10%	据え置き
		資産割税率	7%	
	応益割	均等割額	7500円	8400円
		平等割額	4200円	据え置き
介護分限度額			8万円	9万円

表2　改定後の国保税の試算例

	例	改定前	改定後
①	68歳の方で、1人で加入の場合（公的年金による収入が170万円）	1万1000円（7割軽減）	1万2600円（7割軽減）
②	68歳、65歳の夫婦で加入の場合（公的年金による収入が250万円）	8万2100円（2割軽減）	8万5000円（2割軽減）
③	35歳、33歳、7歳の家族3人で加入の場合（給与収入が350万円）	16万9100円	据え置き
④	45歳、40歳、10歳、7歳の家族4人で加入の場合（給与収入が500万円）	医療分＝24万4400円	据え置き
		介護分＝5万3600円	5万5400円
⑤	58歳、55歳、25歳、22歳の家族4人で加入の場合（事業所得が1000万円、固定資産税額が35万円）	医療分＝53万円	据え置き
		介護分＝8万円（賦課限度額）	9万円（賦課限度額）

※地方税法等の改正による、65歳以上の方の公的年金等控除額の変更を含みます。

表3　65歳以上の方の公的年金等の所得金額の計算方法

	公的年金等の収入金額	公的年金等の所得金額
17年度まで	260万円以下	年金収入－140万円
	～460万円以下	年金収入×75%－75万円
	～820万円以下	年金収入×85%－121万円
	820万円超	年金収入×95%－203万円
18年度から	330万円以下	年金収入－120万円
	～410万円以下	年金収入×75%－37万5千円
	～770万円以下	年金収入×85%－78万5千円
	770万円超	年金収入×95%－155万5千円

表4　入院時の食事代の標準負担額（1食当たり）

区分		負担額
一般被保険者		260円
市民税非課税世帯（70歳以上の方は低所得Ⅱ該当）	90日までの入院	210円
	過去12月の入院日数が90日を越える入院	160円
市民税非課税世帯で老齢福祉年金を受けている場合（70歳以上の方は低所得Ⅰ該当）		100円

国保情報

多摩・島しょ子ども体験塾　スポーツ対談
「燃える男の熱きメッセージ」
～感動・夢・体験～
星野仙一vs生島ヒロシ　大いに語る！

東京39市町村は、次世代を担う子どもたちにさまざまな感動体験を提供する子ども体験塾を共同で実施しています。その一環として、阪神タイガースシニアディレクターの星野仙一氏とキャスターの生島ヒロシ氏の対談を通して、夢実現に向けた努力など、若者たちに熱いメッセージをお届けします。

【日時】8月23日（水）午後1時半～午後3時半（予定）

【会場】アミューたちかわ大ホール（立川市曙町2ノ36ノ2、JR立川駅南口から徒歩13分）

【内容】1部＝東京都交響楽団による演奏会　2部＝星野仙一氏と生島ヒロシ氏の対談

【対象】都内の市町村在住・在学の中学生・高校生（保護者等同伴可）

※未就学児の入場はできません。

【定員】1452人（全席指定、応募多数の場合は抽選）

生島ヒロシ氏

星野仙一氏

【料金】無料

申し込みは6月30日（金）までに（消印有効）、はがきに代表者氏名・郵便番号・住所・電話番号・参加希望人数と全員の氏名・学校・学年（年齢）を記入の上、〒183－0001、府中市浅間町郵便局留、子ども体験塾・スポーツ対談係あて郵送を。

※「車いす使用」等の特記事項がある場合は併せて記入してください。

詳しくは同事務所☎042・385・3448へ。

◆子ども体験塾ホームページアドレス
http://www.taikenjuku.jp/

市民伝言板をご利用ください

「会員募集」「催し」ともに7月1日号～10月1日号の掲載分を受け付けています。所定の用紙に必要事項を記入し、広報課（市役所2階）で発行日の20日前までに申し込んでください。毎号、「会員募集」は18件、「催し」は12件まで、先着順に受け付けます。