

国民健康保険



65歳未満の非自発的失業者の国民健康保険税が申請により軽減算定されます

厳しい雇用情勢の中で、離職者支援の一環として、引き続き国民健康保険税の一部（所得割）の軽減を実施します。

対象者

平成23年3月31日以降に離職された方で次の①②に当てはまる方

①雇用保険の特定受給資格者（倒産、解雇などの事業主都合により離職した方）

雇用保険受給資格者証の離職理由欄に以下のコードが入力されている方

- 11 解雇
- 12 天災等の理由により事業の継続が不可能になったことによる解雇
- 21 雇止め（雇用期間3年以上雇止め通知あり）
- 22 雇止め（雇用期間3年未満更新明示あり）
- 31 事業主からの働きかけによる正当な理由のある自己都合退職
- 32 事業所移転等に伴う正当な理由のある自己都合退職

②雇用保険の特定理由離職者（雇用期間満了などにより離職した方）

雇用保険受給資格者証の離職理由欄に以下のコードが入力されている方

- 23 期間満了（雇用期間3年未満更新明示なし）
- 34 正当な理由のある自己都合退職
- 33 正当な理由のある自己都合退職（被保険者期間12ヶ月未満）

軽減算定の内容

会社の倒産や会社都合により退職するなど、非自発的理由で失業した方の国民健康保険税は、失業時からその翌年度末までの間、前年所得の給与所得を30%として算定し、負担軽減をはかります。ただし、世帯に属するそのほかの被保険者の所得は通常の額として算定します。

申請の方法

軽減を受けるには、申請が必要となりますので、雇用保険受給資格者証と国民健康保険被保険者証および印鑑（スタンプリ式でないもの）をご持参ください。

雇用保険受給資格者証を紛失された場合は、公共職業安定所（ハローワーク）で再交付を受けた後に申請をお願いします。

◆問い合わせ先

住民課 保険年金担当
☎ 6571

ヘルシークッキング

ちくわでかんたんグラタン



材料(4人分)

じゃがいも1個、かぼちゃ80g、たまねぎ1個、バター8g、ベーコン2枚(50g)、ちくわ4本、しめじ半分(半房)、小麦粉大さじ4、牛乳500cc、コンソメキューブ2個(10.6g)、塩・こしょう少々、パン粉大さじ4(お好みで)、とろけるチーズスライス1枚(1/2枚でも)

作り方

- ①じゃがいも、かぼちゃは少し固めにゆでておく(2~3mmくらいにカットしておく)たまねぎは細めにスライスし、ベーコンは1cmくらいに切っておく。しめじは石づきを取り、ほぐしておく。
- ②ちくわは、たて半分に切って横4cm程度に切っておく。
- ③フライパンにバターを熱し、たまねぎを炒める。たまねぎが半透明になったら、しめじ・ベーコンを加えていためる。
- ④一旦火を止め、小麦粉をだまにならないように混ぜる。粉っぽさがなくなってきたら再度火にかけ、牛乳を数回に分け、入れる。
- ⑤牛乳と混ぜたらコンソメを入れ、しっかり溶かす。塩・こしょうで味を整え、ちくわを加えて軽く混ぜる。
- ⑥耐熱皿にじゃがいもとかぼちゃを並べ、⑤のクリームソースをかける。チーズを細かくちぎって乗せ、上からパン粉をふる。
- ⑦オーブントースターで6~9分焼く。

☆1人分エネルギー 366kcal

たんぱく質	17.5g
脂質	14.4g
食塩相当量	3.2g

ポイント

マカロニをちくわに変えてヘルシーに！
とても簡単なのでお子さんをお持ちの忙しい方でもすぐに作れます



健康推進員
吉村 幸子さん
(上駒月)