

障がいのある人への手当制度 特別児童扶養手当、障害児福祉手当、特別障害者手当



障がいのある人やその家族の経済的負担を軽減するため、各種手当を支給しています。

特別児童扶養手当

対象者

精神または身体に中程度以上の障がいがある20歳未満の児童を家庭で養育している人

手当額・支給日

	手当額 (児童1人あたり)	支給日
1級	52,200円/月	4・8・11月の各11日
2級	34,770円/月	※11日が土日祝日のときはその前日

次の場合は支給対象外

- ・児童、父母または養育者の住所が国内にないとき
- ・支給対象児童が障がいを事由に年金を受け取ることができるとき
- ・支給対象児童が児童福祉施設など（通園・通所施設は除く）に入所しているとき
- ・手当を受ける人と同居している親族などの前年所得が一定以上であるとき

特別障害者手当、障害児福祉手当

対象者

- 特別障害者手当 20歳以上で、精神又は身体に著しく重度の障がいがあり、日常生活で常時の介護が必要な在宅生活をしている人
- 障害児福祉手当 20歳未満で、精神又は身体に重度の障がいがあり、日常生活で常時の介護が必要な在宅生活をしている人

手当額・支給日

	特別障害者手当	障害児福祉手当
手当額	27,200円/月	14,790円/月
支給日	2・5・8・11月の各10日 ※10日が土日祝日のときはその前日	
支給制限	・本人、扶養義務者の所得制限あり ・施設または病院に3か月以上継続して入所、入院しているときは支給しない	・本人、扶養義務者の所得制限あり ・施設入所しているときは支給しない

手続きに必要なもの

- | | | |
|--------|-------------|-----------------------|
| ①認定申請書 | 用紙は福祉課にあります | ④年金証書、特別児童扶養手当受給者証の写し |
| ②認定診断書 | | ⑤本人名義の預金通帳 |
| ③所得状況届 | | ⑥認印 |

所得状況届の提出を忘れずに

これらの手当を受給している人は、8月9日（金）～9月11日（水）までの間に所得状況届の提出が必要です。この届を提出しないと、その年の8月以降の手当を受けることができなくなりますので、ご注意ください。

問い合わせ先 福祉課 福祉支援室 TEL:0859-68-5534

出産前後の国民年金保険料を免除

平成31年4月から国民年金第1号被保険者の出産前後期間の国民年金保険料が免除される制度が始まりました。平成31年2月1日以降に出産した人が対象で、出産予定日または出産日が属する月の前月から4か月間の国民年金保険料が免除になります。

届出は、出産予定日の6か月前からできますので、窓口にお越しください。

免除対象者 平成31年2月1日以降に出産した人

申請に必要なもの

免除期間 出産予定日または出産日の前月から4か月間

母子手帳/認印/基礎年金番号またはマイナンバーがわかるもの（年金手帳、マイナンバー通知カードなど）/本人確認書類（運転免許証など）

届出窓口 住民課、分庁総合窓口課

問い合わせ先 米子年金事務所 TEL:0859-34-6111 / 住民課 TEL:0859-68-3115

健康ポイント
対象事業

プール運動教室 受講生募集



水の中は浮力によって関節への負荷が減り、ひざや腰に不安がある人も無理なく運動できます。また、陸上の運動に比べて消費エネルギーが大きく、少ない時間でも効果が期待できるため、運動不足や生活習慣病が気になる人にもおすすめです。

水中まめまめクラブ～火曜日コース～

内容 歩行運動が中心
効果 足腰の筋力向上、持久力向上

こんな人に ☺ 水中運動が初めての人
おすすめ ☺ ひざや腰に不安がある人

とき 10月～12月の毎週火曜日（全10回）
10:30～11:30 ※初回は10月1日

水中まめまめクラブ～金曜日コース～

内容 歩行運動、ダンスなど
効果 全身運動による体力向上

こんな人に ☺ 運動不足を解消したい人
おすすめ ☺ 歩行以外の運動もしてみたい人

とき 10月～12月の毎週金曜日（全10回）
10:30～11:30 ※初回は10月4日

アクアフィットネス教室

内容 水中運動（アクアビクス）
効果 ストレス解消、ダイエット、体力向上

こんな人に ☺ 夜しか運動できる時間がない人
おすすめ ☺ 仕事帰りにリフレッシュしたい人

とき 10月～12月の毎週金曜日（全10回）
19:30～20:30 ※初回は10月4日

各コース・教室共通

ところ 岸本温泉ゆうあいパル内プール
対象者 20歳以上で伯耆町在住の人
※持病のある人は医師に相談してからお申込みください
参加料 2,000円 ※初回教室時に集金
(別途、プール利用料が1回につき310円必要)
定員 各教室15人
※申込み多数の場合は、今年度と昨年度を通算した受講回数の少ない人を優先
申込期限 9月20日（金）

申込み・問い合わせ先 健康対策課 健康増進室 TEL:0859-68-5536

健康ポイント
対象事業

スクエアステップ教室 受講生募集

健康づくりのための新しい運動「スクエアステップ」の教室を開催します。スクエアステップは一辺25cmの正方形を横4個、縦10個の計40個並べたマットの上で歩行（ステップ）を行う運動プログラムです。足腰の筋力向上や認知機能の向上などに効果のあるエクササイズです。

とき 9月・10月の毎週水曜日 10:00～11:30（全5回）
※初回は9月18日（水）

ところ 農村環境改善センター2階

対象 20歳以上の伯耆町民

講師 スクエアステップ協会認定指導員

定員 20人 申込期限 9月10日（火）

受講料 1,000円 ※初回教室時に集金



スクエアステップ運動の様子

申込み・問い合わせ先 健康対策課 健康増進室
TEL:0859-68-5536

子どもの笑顔は地域の宝

民生委員・児童委員、主任児童委員にお気軽にご相談ください

民生委員・児童委員、主任児童委員は、住民に寄り添い、見守り役・相談役となつて、住民の安心安全のために活動しています。

子育てについて悩んだときや、気になる子どもがいると感じたら、お気軽にご相談ください。その他、生活上の心配ごとや困りごと、医療や介護などの相談にも応じています。

なお、相談の秘密は守られ、内容が他の人に伝わることはありませんので、安心してご相談ください。

問い合わせ先 福祉課 福祉支援室 TEL:0859-68-5534