

国民年金のお知らせ

- ① 保険料額の変更(4月分から)
- ② 前納割引について
- ③ 口座振替の早割制度について
- ④ クレジットカードが利用可能に
- ⑤ 学生納付特例について

〒 住民課国民年金係 2117

① 4月分からの保険料額の変更について
 平成21年4月分から月々の保険料が250円引き上げられ、月額14,660円になります。

② 前納すると割引が
 定額保険料や付加保険料を4月30日(木)までに一括して前納すると、割引がありお得です。社会保険庁から送付された平成21年度分の納付書を持って、金融機関の窓口やコ

ンビニエンスストアで、前納する旨を申し出てください。

定額保険料を納付書により現金納付した場合

	毎月納めたとき	一括前納で納めたとき	割引額	納期
1年分	175,920円	172,800円	3,120円	4月30日
	(180,720円)	(177,510円)	(3,210円)	
半年分	87,960円	87,250円	710円	前期分 4月30日
	(90,360円)	(89,630円)	(730円)	後期分 11月2日

※()内は付加保険料のある場合です。

③ 月々の口座振替に早割(当月保険料の当月末引落し)制度があります
 通常の口座振替(当月保険料の翌月末引落し)では割引はありませんが、この【早割制度】を利用すると、月々の保険料が50円割引となります。なお、保険料の半額免除等の承認を受けている方は、通常の口座振替でのお申し込みとなります。

④ クレジットカードでも納付が可能に

クレジットカード納付は、被保険者ご自身から事前にお申込みをいただき、以後継続的にクレジットカード会社から社会保険庁に立替納付を行うものです。(クレジットカードを提示し、直接納付いただく方法ではありません。)
 ※この納付方法は、毎月の早割制度は適用されません。

⑤ 学生納付特例制度は毎年申請が必要で

学生のみなさんも20歳になつたら必ず国民年金に加入し、保険料を納めることが義務となっています。しかし、経済的に保険料の納付が困難な学生の方には、在学期間中の保険料が後払いできる「学生納付特例制度」があります。
対象 大学(大学院)、短大、高等学校、高等専門学校、専修学校および各種学校等の学生(夜間・定時制課程や通信制課程の方を含む)であつて、本人の前年所得が118万円以下の方です。
 ※扶養親族控除等がある場合には、基準額が変わります。手続きに必要なもの 年金手

帳・学生証(または学生証の写し)・印鑑

承認期間 平成21年4月～平成22年3月まで

※21年4月中の申請に限り、前年度分(平成20年4月～21年3月分)も申請可。

21年度だけの申請であれば、申請が遅れた場合(例えば9月に申請)でも21年4月までさかのぼって承認されます。ただし、申請が遅れると障害基礎年金等が受けられない場合もありますので、お早めに手続きしてください。

※4月中旬までにはがきの届かない方や新規申請の方については、直接役場住民課までお越しください。

後期高齢者医療保険の加入者のみなさんへ



平成21年度後期高齢者医療保険料の納め方と通知の時期は、次のとおりです。

①すでに年金からの天引きが始まっている方

4月、6月、8月の年金からも2月の年金天引き額と同額の保険料が天引きされます。

②平成21年度後期高齢者医療保険料特別徴収開始通知書が届いた方

お知らせした額で4月または、6月の年金から天引きが開始されます。

③すべての方(①②の方を含む)

7月に納入通知書を送付します。年間保険料額と納め方(年金天引または、納付書や口座振替による納付)をご確認ください。また、年度途中に75歳に到達した方や町外からの転入者には、7月以降随時、納入通知書を送付します。

〒 福祉課医療係 2129



健康一口メモ 「のどの異物」

“のど”には、食べ物の通り道である“咽(のど)”と空気の通り道である“喉(のど)”と二つの場所があります。“咽”と“喉”は近接しているため、場合によっては食物が命にかかわる重大な問題を発生させることがあります。“咽”と“喉”の異物についてお話いたします。

◎“咽”の異物

最も多く発生する“咽”の異物は魚の骨です。魚の種類ではウナギ、サンマ、アジ、サケ、ホッケなどの順に多く、多くの方が魚の骨をひっかけた経験があることと思います。例えば小さな骨でも“咽”に刺されると不快なものです。みなさんは骨をひっかけた時はどうされますか？異物を取るために大半の方はご飯の丸飲みをされますが、この方法は間違いです。あれこれとご自分で対処されることは、“咽”を傷つけたり、異物を押し込んだりして状態を悪化させます。魚はカルシウムを補う食材とのことで「骨は丸ごと食べよう」という考え方もありますが、魚の種類や骨の大きさ、固さを充分に考えて食べましょう。たかが魚の骨と侮ってはいけません。“咽”の奥の食道に刺さった場合には命を落とすこともありますので、なるべく早く専門医を受診してください。

◎“喉”の異物

毎年正月の夜のニュースでは、全国で餅を“喉”に詰まらせ窒息死した方が何人との報道があります。“喉”は気道であるためここをふさいでしまうとあっという間に意識を失い死に至ることとなります。厚生労働省が調査した食品による窒息死は年4千人以上で原因食品が判明した窒息事故の主な食品の内訳は1位が餅、2位がパン、3位がご飯とのことです。最近話題になっているコンニャクゼリーは10位です。コンニャクゼリーはその固さが普通のゼリーとは異なり弾力が強く、普通のゼリーのような食べ方(容器からすすって食べる)をすると“喉”を塊となってふさいでしまいます。特にお子さんでの事故が多く、その危険性を理解していないことが一因とされています。小さなお子さんや高齢者は食べないほうがよろしいと思います。どんな食品でも、“喉”に詰まらせない食べ方を考える必要があります。

(福川北本伊奈地区医師会)

「健康一口メモ」に関するご意見、ご感想をお寄せください。

あて先：企画課秘書広報係 ㊟2213

安全が確認されました

アスベスト調査結果報告

昨年1月に、国内で使用されていないとされていたアスベスト(トレモライト、アクチノライト、アンソフィライトの3種類)が、都内の公共施設で検出されたとの報道を受け、町では平成17年に調査した町内公共施設について、新たに3種類の分析調査を実施しました。

この結果、トレモライト等新たな3種類のアスベストについては、すべての施設で不検出となりました。

※平成17年調査の対象アスベスト(クリソタイト・アモサイト・クロシドライト)

●アスベスト調査実施施設

調査実施：平成20年9月

建物名	使用箇所	建物名	使用箇所
小室小北校舎	昇降口天井	武道館	天井
小室小南校舎	校長室・事務室天井	武道館	はり梁(南側)
小室小体育館	ステージ・出入口壁	武道館	壁(北側・ステージ裏)
小針小南校舎	昇降口・職員玄関・階段室天井	総合センター	大ホール舞台
小針小体育館	ステージ側壁	ふれあい活動センター	駐輪場上屋
南小校舎 1期	階段裏	役場庁舎	議場天井裏
南小体育館	アリーナ・器具庫天井	役場庁舎	1階機械室
伊奈中体育館	玄関・ホール・廊下・事務室・部室・コート腰壁	クリーンセンター	粗大ごみ処理施設
伊奈中校舎	玄関	南保育所	天井裏
伊奈中校舎	浄化槽機械室	伊奈中央会館	1階ホール天井
南中校舎	高架水槽室	消防本部	機械室



Scott's News World

No.10

Aloha everyone.

In this episode of Scott's News World, we will take a quick visit to the beautiful island of Maui. Maui is my favorite island in Hawaii. Oahu is a little crowded but has great shopping and many beautiful beaches. The Big Island is really relaxed but the shopping is not so good and the beaches are so-so. Maui is not crowded, has good shopping and amazing beaches.

Maui is the second largest island in Hawaii and has the 3rd largest population. The most popular places for tourists to visit in Maui are in the western and southern parts of Maui. Places like Ka'anapali, Lahaina, Kapalua, Kihei and Wailea are very famous resort and golf towns.

Maui has very beautiful weather so outdoor activities are very popular. One of the most popular activities is a sunrise bicycle ride starting at the top of Mount Hale'akala, and finishing at the beach. The ride is approximately 45 kilometers downhill on paved roads. It's amazingly beautiful and very fun.

Another popular activity is whale watching. Maui is the best place in Hawaii to see Humpback Whales. The whale watching season is from November to May.

みなさん、アロハ。

今回のスコットのニュースワールドでは、美しい島であるマウイ島への旅にみなさんをご案内いたします。マウイ島はハワイの中で私のお気に入りの島です。オアフ島は多少混雑していますが、広大な買い物の施設と多くの美しい砂浜があります。マウイ島は本当にリラックスしますが、買物にはあまり便利ではなく、海岸の美しさも普通です。マウイ島は人ごみもなく、買物にも便利で素晴らしい海岸もあります。

マウイ島はハワイで2番目に大きく、また人口が3番目に多い島です。島の西部と南部の地域は観光客にとっても人気があります。カアナパリ、ラハイナ、カパルア、ケヘイ、ワイレアのような場所はとても有名なリゾート地でゴルフの町でもあります。

マウイ島の天候はとても素晴らしく、アウトドアも人気です。中でもハレアカラ山頂から出発して砂浜にゴールし、御来光も楽しめるサイクリングはとても人気があります。約45キロの舗装された下り坂をサイクリングします。それは、見事な美しい景色でとても楽しいものです。

その他のアクティビティではホエールウォッチングも人気があります。マウイ島はハワイの中で、ザトウクジラを見ることのできるベストスポットです。ホエールウォッチングは11~5月がシーズンです。

※スコットへのお問い合わせは、教育委員会学校教育課 ㊟2532へ