



### 国民年金保険料は 納付期限までに納めましょう。

役場住民福祉課

平成26年4月分から平成27年3月分までの国民年金保険料は、月額15,250円です。保険料は、日本年金機構から送られる納付書により、金融機関・郵便局・コンビニで納めることができます。また、クレジットカードによる納付やインターネット等を利用しての納付、そして便利でお得な口座振替もあります。

日本年金機構では、国民年金保険料を納期限までに納めていた、ただない方に対して、電話、書面、面談により早期に納めていただくよう案内をおこなっております。

未納のまま放置されると、強制徴収の手続きによって督促を行い、指定された期限までに納付がない場合は、延滞金が課せられるだけでなく、納付義務のある方の財産を差し押さえることがありますので、早め

の納付をお願いします。  
所得が少ないなど保険料の納付が困難な場合は、免除される制度や猶予される制度がありますので、町役場の国民年金窓口へご相談するようお願いいたします。

役場住民福祉課

### 国民年金保険料免除等の 申請について

保険料が納め忘れの状態、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられなくなる場合があります。

経済的な理由等で国民年金保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「若年者（30歳未満）納付猶予制度」がありますので、住民登録をしている市区役所または町村役場の国民年金担当窓口で手続きをしてください。

平成26年度の免除等の受付は平成26年7月1日から開始され、平成26年7月分から平成27年6月分までの期間を対象として審査をおこないます。

また、今年4月から法律が改正されて、2年1ヶ月前の月分まで遡及して免除申請をすることができます。

くわしくは、

俱知安保健所

健康推進課健康支援係

担当 高橋

☎23-1957

までお問い合わせください。

### 町長室から (第142号)

今年度の敬老会を、9月9日午前10時から公民館で開催いたします。

昭和15年12月31日以前に生まれた、数え75歳の667名の方々にご案内を差し上げております。

日本は、世界に類をみないスピードで高齢化が進んでおり、平均寿命は男性は80・21才、女性は86・61才となっております。その要因は、医療の充実などいろいろなことがあると思いますが、健康で元気に生活するためには、食生活に気をつける、運動する時間を設けるなど努力することが何より大切なことだと思います。私自身、特に努力はしておりませんが、タバコを吸わないことが健康に良いのかもしれない。

町では、安心して住み続けられるために昨年4月に「京極町保健・医療・福祉・介護連携協議会」を設立いたしました。町、社会福祉協議会、民生委員協議会、ひまわりクリニック、羊蹄グリーン病院、養護老人

役場住民福祉課

### 国民健康保険証 更新のお知らせ

現在交付している国民被保険者証の有効期限は「平成26年9月30日」となっております。

有効期限が近づいたら、平成26年10月から使用する新しい被保険者証を簡易書留にて郵送いたします。送付時期は9月19日頃の予定です。

ただし、学生特例該当の方や、短期保険証、資格証明書の対象となる方は役場住民福祉課窓口での交付となります。

くわしくは、

役場住民福祉課保健医療係

☎42-2111 内線32

後志広域連合国民健康保険課

☎55-8012

までお問い合わせください。



保険

ホーム慶和園、ユニットケア慶和園、グリーンケア・グループホームしらかば、健康推進員協議会等の関係機関の連携と、町民がお互いに支え合う仕組みづくりがとても大切なことだと思っております。

私は「平均寿命」という意味を誤解しておりました。平均寿命とは、1年間に亡くなった方の死亡時年齢の平均だと思っておりました。

平均寿命の定義は、「現在における死亡状況が今後変化しないと仮定したときに、今後出生する人が何年生きられるかという期待値である」と書いてありました。計算方法はうまく説明できないので割愛させていただきます。

参考までに、昨年1年間で亡くなった町民の方の「平均年齢」は、およそ男性78・68才、女性84・78才となっております。

健康で長生きすることが何よりですので、敬老会で元気な先輩方にお会いできることを楽しみにしております。

山崎 一雄

### 平成26年度自殺予防普及 啓発パネル展のお知らせ

俱知安保健所

#### 日時

平成26年9月8日(月)～  
平成26年9月12日(金)

#### 場所

北海道後志総合振興局 1F  
道民ホール

俱知安保健所では、「自殺予防週間」に合わせ、自殺や精神疾患についての正しい知識を普及啓発し、これらに対する偏見をなくしていくとともに、命の大切さや自殺の危険を示すサイン、また危険に気づいたときの対処方法などについて住民の理解の促進を図ることを目的としたパネル展を開催いたします。

#### ※「自殺予防週間」

平成19年6月策定の「自殺総合対策大綱」に定められており、毎年9月10日からの一週間を「自殺予防週間」として行います。

※全国で年間3万人近くの方が自殺しており、北海道でも毎日3人の方が自殺しているのが現状です。



### 農業委員会からのお知らせ

農業委員会

9月の総会は、

9月25日(木)

午後1時30分開会予定です。