

# 保健福祉だより

## 8月

### ◎事業日程

日	曜	事業名	対象	会場
3	月	献血 受付 (全血献血)	午前10時～12時30分 午後1時30分～3時30分	保健福祉センター
5	水	機能訓練 (後遺症者の集い)	午前9時30分から	保健福祉センター
26	水	定例健康相談会	午後1時30分から	保健福祉センター
27	木	乳児健診 H10年4月1日～5月31日生まれ H9年10月1日～11月30日生まれ	午後1時30分から	保健福祉センター

犬の引き取り日 今月はありません。  
取り締まり日 7日(金)、21日(金)

### ♣クローバー教室

日	曜	機能訓練内容	会場
4	火	組ひも・ちぎり絵	保健福祉センター
25	火	組ひも・ちぎり絵	会場 午後1時30分 ※バスを運行します。

### 年金コーナー

#### 第3号被保険者は

### こんなとき種別変更・確認の届出が必要です!

厚生年金や共済組合に加入しているサラリーマンや公務員に扶養されている配偶者は、国民年金の第3号被保険者です。

第3号被保険者は、次表のように、本人だけでなく配偶者の就職、退職、転職などによっても種別が変わり、届出が必要になります。

配偶者が共済組合から厚生年金保険に変わった時など、第3号被保険者の種別が変わらなくても、届出が必要になります。

現在	こんなとき	変更後
第3号被保険者	配偶者が会社等を退職した	第1号
	配偶者の被扶養者でなくなった	第1号
	在職中の配偶者が65歳になった	第1号
	離婚した	第1号
	本人が会社等に就職した	第2号
	配偶者が転職した (共済⇄厚生 共済⇄共済)	第3号

### 家庭の健康

#### 首から手にかけての痛みとしびれ

◎首の骨の異常によるもの  
頸椎間板ヘルニアとは、骨のあいだにある軟骨がホロボロになり、後に飛び出し、その後にある腕の方へいく脊髄神経を圧迫する。

◎変形性頸椎症とは  
首の骨のつぎ目にある、軟骨が弾力性を失いクッションの役目をよく果たさなくなるため、骨が増殖して、脊髄から出ていく神経の根を圧迫する。

首の骨や椎間板の変化がすすむと、手の症状だけでなくつまづきやすくなったり、よろけたりなど、足もとが危なくなることもあります。また、尿が近くなったり出にくくなることもあります。そんな時は、早めに医師の治療を受けましょう。

#### ◎中年女性に多い手のしびれと痛み(手根管症候群)

人さし指や中指がしびれ、とくに夜から朝にかけてひどくなる場合があります。眠れないほど痛むこともあります。手を振ると軽くなる場合があります。また、親指のつけ根の筋肉がやせてくると、しびれや痛みをはじめ、物をつまんだり字を書くことがつらくなったりします。しびれが続くようなら受診しましょう。

### 年金Q&A

#### 20歳以上60歳未満の全ての方は「国民年金」の加入者です

Q 私は25歳ですが、今まで勤めた会社を6月末で退職し、8月1日から別の会社に勤務することになりました。

A 8月から厚生年金に加入するので1月間分国民年金を納めたくないのですが?

A こういう相談はよくあります。1月や2月別に大した事ないと……

しかし、20歳以上60歳未満の人は40年間一日の間もなく公的年金に加入しなければなりません。

これは、皆さんに満額の老齢年金を受けていただくためと、万が一の場合に障害基礎年金などの権利を確実にしておいていただくためです。

加入しなかったために期間があつて、年金が受けられなかったり、減額されたりして、結局困るのは自分自身なのです。

あなたの場合は、6月末日退職とのことです。7月1日に厚生年金の資格を喪失し、8月1日に再び厚生年金の資格を取得することになります。そして、7月1日から7月31日まで国民年金の第1号被保険者となりますので、7月分の国民年金保険料を納めていただくこととなります。



また、神社、仏閣などでは本尊や宝物の虫干しを兼ねて開扉して拝観させる行事を行っているところもあります。うっとうしい梅雨が明け、夏空に変わるとスターウォッチングのシーズン。環境庁では昭和六十三年から毎年夏と冬に「全国星空継続観測」を行っています。この夏は八月十二日から二十五日までです。

### 虫干し

虫干しは、虫払い、土用干しなどともいわれます。夏は梅雨の明けから土用(七月二十日から十八日間)の晴天の日に、衣類や蔵書、書画などを、かびや虫の害から守るために陰干しにして外気にあてることをいいます。



昔は縁側に本や衣類を並べたり、晴れ着などを衣紋竹にかけたたりする虫干しの風景がよく見られました。最近の都会の家では縁側などが少ないことが多いせい、こうした風景を見たことがない人がほとんどではないでしょうか。梅雨時に湿った布団などは布団乾燥機で乾燥させることが多くなっています。

### 「児童手当現況届」をお忘れなく!

児童手当の支給を受けている方は、7月24日(金)までに「児童手当現況届」を役場住民課窓口へ提出してください。

この届けは、毎年6月1日における現況を記載し、児童手当の支給を引き続き受ける要件があるかどうかを確認するためのものです。

この届けの提出がないと、6月以降の手当の支給が受けられなくなることもありますので、忘れずに提出してください。

児童手当の受給資格のある人で、まだ手当の支給を受けていない人は、認定請求をしてください。また、他の市町村に住所変更をした時も、早急に届けでてください。

#### ◎お願い

児童手当の支払事務の電算化に伴い、支払金融機関を次のとおり限定させて頂きますのでお願いします。

#### (指定金融機関)

- ・ 第四銀行月潟支店
- ・ 巻信用組合月潟支店
- ・ 越後中央農協月潟支店
- ・ 新潟中央銀行白根支店

※平成10年6月分より、所得制限限度額が次のとおり変更になります。

### 平成10年度 児童手当所得制限限度額表

(単位:万円)

扶養親族等の数	所得制限限度額	
	児童手当	特例給付
0人	152.9	344.5
1人	182.9	374.5
2人	212.9	404.5
3人	242.9	434.5
4人	272.9	464.5
5人	302.9	494.5

老人扶養親族がある場合には、1人につき6万円を加算する。

詳しいことは、役場住民課までお問い合わせください。