保健福祉だより

11月

◎事業日程

日	曜	事業名	対象	会場
5	木	未受診者健診（基本・胃・子宮）	春の健診未受診者必ず受診して下さい。	保健福祉センター
6	金	予防接種「麻疹」午後1時30分から	生後12カ月から90カ月未満	
10	火	予防接種「ツベルクリン反応」午後1時30分から	生後3カ月から4歳未満まで	
11	水	機能訓練（後遺症者の集い）	脳卒中及びその他後遺症者	
12	木	ツベルクリン判定とBCG 午後1時30分から	10日接種者	
17	火	定例健康相談会 午後1時30分から	一般住民	
18	水	子育て教室	保育園入園前の幼児と保育担当者	
19	木	予防接種「三種混合」三回目 午後1時30分	一回目からの人及び追加者	
24	火	献血（全血献血）	受付・午前10時～12時30分・午後1時30分～3時30分	
25	水	機能訓練（後遺症者の集い）	脳卒中及びその他後遺症者	
26	木	3才児健診（内科・尿検査歯科）午後1時30分から	H7年8月1日～11月30日までに生まれた人	

犬の引き取り日　19日(木)
取り締まり日　13日(金)・27(金)

♣クローバー教室

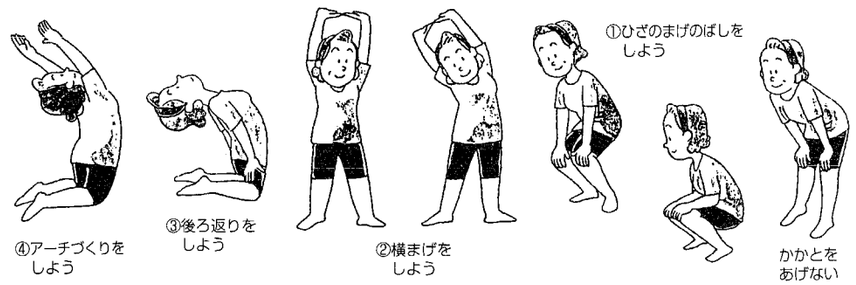
日	曜	機能訓練内容
10	火	組ひも・ちぎり絵
17	火	組ひも・ちぎり絵

会場　保健福祉センター
時間　午後1時30分
バスを運行します。

家庭の健康

腰痛予防の運動をしよう①

それほど痛くない場合の予防と回復運動



国保コーナー

ご存知ですか？ 国保で診療できないもの 制限されているもの

国保に加入していても、保険診療の対象とならないものや、給付が制限されるものがあるので注意しましょう。

1．保険診療の対象とならないもの
- 正常な妊娠、出産、経済上の理由による妊娠中絶
- 歯列矯正
- 美容整形
- 健康診断、集団健診、予防接種

2．他の保険が適用されるもの
- 仕事中のケガ（労災保険）
- 継続療養（以前の職務の保険で任えるとき）

3．制限されるもの
- 犯罪を犯したときの病気やケガ
- 故意による病気やケガ
- けんか、泥酔などによる病気やケガ
- 医師や保険者の指示に従わなかったとき
- 国外にいるとき
- 少年院や監獄に収容されたとき等になっています。

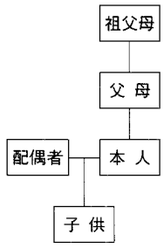
国民健康保険に加入している皆さんへ

会社等の社会保険の被扶養者として認定される条件が整っていながら、国民健康保険に加入したままになっている人は、（例えば、子供が会社勤務をされており、かつ本人が低収入の場合）是非一度、会社へ被扶養者の申請をしてみてください。

社会保険等の被扶養者として認定されますと保険料を請求されないため、いままで納めていた保険税が節約できます。

先月号でもお知らせしましたように、月潟村国民健康保険被保険者の一人当たり医療費は県の平均を大きく上回り362千円、医療費の総額も4億6千万円強で前年より6千万円もアップしています。

医療費は大切に使いましょう。



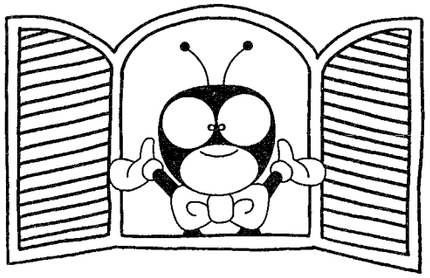
※年収が130万円未満（60歳以上は180万円未満）であれば認定されます。

同一世帯に属することが条件となっています。

不明な点は、役場住民課保険福祉係までお尋ねください。

年金コーナー

10月・11月は『国民年金制度推進月間』です
11月6日から12日は『年金週間』です



10月・11月は「国民年金制度推進月間」、11月6日から12日は「年金週間」です。

皆さんもこの機会に、ご自身の年金について考えてみませんか？

**『明日のあなたを考えて…
年金はあなたが
主人公です』**

納め忘れの保険料は早めに納めましょう

国民年金の保険料は、納め忘れが多くなると老後の支えとなる老齢基礎年金はもちろんのこと、万一の場合の障害基礎年金や遺族基礎年金も受けられなくなることがあります。

毎月の保険料の納め忘れをなくすには、口座振替が便利です。手続きは役場・全融機関の窓口で行ってください。

保険料は2年を経過すると時効により納められなくなります。納め忘れの保険料は、早めに納めましょう。

『国民年金委員』はあなたの身近かな年金相談相手です

国民年金について、わからないことや聞きたいことがあっても仕事の都合などで、なかなか役場に来れないということはありませんか？

そんなとき国民年金について身近な相談相手になってくれる人がみなさんの地域の『国民年金委員』です。

現在、月潟村では9名の国民年金委員が県知事から委嘱され、みなさんと国民年金との橋渡し役をしていただいています。国民年金で尋ねたいことがありましたら、お気軽に、声をかけてください。

あなたの身近な年金相談相手、『国民年金委員』をよろしくお願いします。

～ 国民年金と個人年金の違い ～

民間の個人年金に加入しているため、国民年金には加入していない、公的年金に頼るつもりはないという声を聞くことがあります。しかし、国民年金と個人年金にはいろいろな違いがあり、国民年金には、各種のメリットがあります。下の表は、国民年民と個人年金の違いを表にしたものです。参考にしてみてください。

	国民年金	個人年金
しくみ	世代間の助け合いにより公平に年金を支給する国の社会保障制度の1つ	個人が任意に契約し、老後に受け取る一種の貯蓄
運営	国	生命保険会社など
保険料	1カ月　13,300円（平成10年度）	個人が契約した額
年金の財源	年金額の3分の1を国が負担、3分の2を保険料とその運用利息	加入者の掛金とその運用利息
年金額の引上げ	物価変動に応じて年金額がスライドするため、何十年先でも年金の価値が保障（完全自動物価スライド制）	契約した時の年金額、物価スライド制を取り入れていないため、物価が上昇しても契約した内容の年金額
税控除	納めた保険料は「社会保険料控除」として全額所得から控除 また、受ける年金には「公的年金控除」がある。	最高5万円まで控除 税の控除がなく、全額が課税対象になる。
事務費	全額国が負担	加入者の掛金

公的年金は物価スライド制だからいつの時代も価値が安定してます

公的年金は、現役時代に保険料を納め、万一の事故や病気、誰にでも訪れる老後に備えるものです。

しかし、長い年月の間には社会経済の変化やインフレによる物価上昇が起きることがあります。

そこで、公的年金では五年ごとに経済変動や人口構造の変化、生活水準の向上などに基づき、制度の見直しをすることにより、安定した年金制度の運営を行っています。

また、物価が上がれば年金も引き上げられる「物価スライド制」により、将来に渡り、年金の実質価値は維持されます。