保健福祉だより

11月

◎事業日程

日	曜	事業名	対象	会場
5	火	定例健康相談会 午後1時30分～	一般住民	保健福祉センター
6	水	機能訓練 （後遺症者の集い）	脳卒中及びその他後遺症者	
7	木	未受診者検診 （基本・胃・子宮）	春の検診未受診者 必ず受診してください	
19	火	予防接種 「ツベルクリン反応」 午後1時30分～	生後3カ月から4歳未満	
20	水	機能訓練 （後遺症者の集い）	脳卒中及びその他後遺症者	
21	木	予防接種 「ツベルクリン判定とBCG」 午後1時30分～	19日接種者	
26	火	3歳児健診 午後1時30分～	平成11年8月1日～11月30日までに生まれた人	

犬の取り締まり日　8日(金)、22日(金)

平成14年度 月潟村敬老会

9月14日農村環境改善センターにおいて月潟村敬老会が行なわれました。今年は当日欠席でしたが西萱場の田中ソキさんが100歳で国県村より表彰を受けました。また例年よりアトラクション参加も多く、出席された200人の方々も楽しんでおられました。

お祝いを受けたのは次の方々です。（敬称略）

白寿100歳

田中ソキ

米寿90歳

五十嵐タケ　川井　助作
吉田　公子　曽山　キミ
田辺　ツネ　笠原ユシイ
登石トミイ　田辺　スイ
矢挽　豊治　原　ムツ
阿部　シズ　野内　ヨシ

結婚60年

白倉　三平・ハナ
本間　武雄・キミ
白倉　隆・チイ

還暦60年

薄田　宗久・アイ
高野　三也・操
関根　益夫・満寿恵
竹石　武重・節
田中兵一郎・トサ
野内　藤枝・ヨキ
長岡　昌司・ハナ
竹内　正一・美江

米寿88歳（婦人会お祝い）

小武内千枝　土田　カツ
小出　忠治　小林　シマ
関本　孫衛　田辺　トセ
本間　武雄　野沢　マツ
村松平四郎　大橋　セン
萩原　久司　木村　トミ
野田　ヨシ

みなさんおめでとうございます。これからも元気でお過し下さい。

結婚60年のみなさん

米寿のみなさん

結婚50年のみなさん

●11月休日救急在宅当番医●

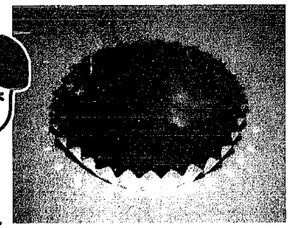
［外科系］（午前9時～午後6時）

3日	吉田町	伊藤整形外科	☎0256-93-3115
4日	潟東村	潟東けやき病院	☎0256-86-3515
10日	岩室村	金子外科整形外科医院	☎0256-82-4786
17日	吉田町	県立吉田病院	☎0256-92-5111
23日	分水町	榊原医院	☎0256-97-5111
24日	巻町	しまがきクリニック	☎0256-73-1312

※内科・歯科は、休日夜間急患センターへ
☎0256－72－5499

おねえさんの手作りおやつ

『りんごとくるみのケーキ』



材料（マドレーヌカップ10ケ分）

- りんご……1/2ケ
- くるみ……50g
- ホットケーキミックス……200g
- 卵……1/2ケ
- プレーンヨーグルト……30g
- 牛乳……80g
- さとう……10g
- ラム酒……5g
- マドレーヌカップ……10枚

〔作り方〕

①りんごは1cmの角切り、くるみは荒くきざむ。

②ボールにホットケーキミックス、卵、プレーンヨーグルト、牛乳、さとう、①の材料を入れ混ぜる。

③マドレーヌカップに流し入れ、170℃のオーブンで15分焼く。

※材料を混ぜ合わせるだけで簡単につくれます。

ぜひ1度作ってみてね！

シルバー人材センター 入会説明会

シルバー人材センターでは、健康で働く意欲のある概ね60歳以上の方を募集しています。

仕事を通して働く喜びと生きがいをみつけませんか。

興味をお持ちの方は、是非、入会説明会にご参加ください。

○とき　10月25日(金)
午後1時30分～

○ところ　白根市産業厚生会館（1F大会議室）

○持ち物　筆記用具、印鑑
（入会の際には年会費1,000円が必要となります。）

○問い合わせ先　白根地域シルバー人材センター
☎373－2154

年金コーナー

国民年金保険料の納め忘れはありませんか？

社会保険事務所では、保険料の納め忘れにより大事な年金権が失われないよう、電話による納付の案内をしています。

この電話による納付のご案内は、厳正な個人情報の保護を図りながら、契約に基づき社会保険事務所が委託する業者により実施しています。

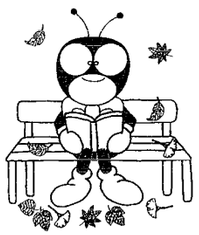
また、社会保険事務所の「国民年金推進員」が身分証明書を携帯して直接ご自宅にお伺いし、国民年金制度のご案内、届出の相談や保険料の収納を行っています。

より満額に近い年金を受けるためにも免除を受けた期間のある方は追納しましょう

国民年金保険料が免除された期間は、老齢基礎年金を受けるときには全額免除の場合は保険料納付済期間の三分の一、半額免除の場合は三分の二相当として計算され、少ない額の年金を受けることになります。

そこで、より満額に近い額の年金を受けることができるように、国民年金の免除期間について10年以内であれば、希望によりさかのぼって納めることができる「追納制度」があります。

免除期間について追納をご希望の方は、社会保険事務所にご相談ください。

平成15年3月31日までに追納する場合の月額

追納する期間	追納額
平成4年4月～平成5年3月分	14,460円
平成5年4月～平成6年3月分	14,850円
平成6年4月～平成7年3月分	14,870円
平成7年4月～平成8年3月分	14,860円
平成8年4月～平成9年3月分	14,810円
平成9年4月～平成10年3月分	14,600円
平成10年4月～平成11年3月分	14,390円
平成11年4月～平成12年3月分	13,830円
平成12年4月～平成13年3月分	13,300円
平成13年4月～平成14年3月分	13,300円