

## 保険料が払えない時の免除・猶予制度！

令和2年度の申請は  
7月1日☎から  
受付開始

- ▼国民年金には、収入の減少や失業等の理由で保険料を納めることができない場合に、保険料の納付が免除される制度や猶予される制度があります。  
※猶予制度は、50歳未満の期間について申請できる制度です。
- ▼保険料を未納のままにしておくと、将来の「老齢基礎年金」や障がい・死亡といった不測の事態が生じたときに「障害基礎年金」・「遺族基礎年金」を受け取ることができない場合があります。
- ▼申請を希望される場合は、保険年金課または各支所で手続きをしてください。(申請書は窓口に備え付けてあります)

- ▼免除や納付猶予の申請は過去2年まで(申請月の2年1か月前の月分まで)さかのぼってすることができます。  
また、失業や事業の廃止(廃業)の届出または休止の届出をしたことによる申請のときには、「特例免除制度」があります。
- ▼新型コロナウイルス感染症の影響で収入が減少し、令和2年中の所得見込額が国民年金保険料の免除制度や猶予制度に該当する所得相当になることが見込まれる場合の申請手続きについては、事前にご相談ください。

免除や猶予制度のご相談は、市役所保険年金課または大津年金事務所までお願いします。

☆ 歯周病から歯を守るために

## 歯周病ケアの4攻

しこう 歯垢をためない  
正しい歯磨き

歯周病は、歯にこびりついた歯垢にすみつく「歯周病菌」によって起こります。  
歯垢は、うがいだけでは落とせません。

しこう 健康志向  
を大切に

ていねいな歯磨き、お口の体操。歯の健康志向も高めていきましょう。

しこう 歯や体のことを  
考えよう

糖尿病や感染症、お口の健康と体の健康は相互に関係します。お口のコンディションを観察してみましょう。

しこう 油断せずに  
定期検診を施行

かかりつけ歯科医は、歯とお口の健康支援をしてくれる頼もしい存在です。かかりつけ歯科医で定期的に検診を受け「健康・長寿・元気」生活を送りましょう。

イキイキした表情  
おいしく食べられる  
楽しく会話をする



健康なお口は私たちの生活に大きく貢献しています。  
歯を失う最も大きな原因は歯周病です。歯周病は、痛みもなく静かに進行し、歯や口だけでなく全身に悪影響を及ぼします。  
定期的に歯科医院で検診を受け、お口の健康を守りましょう。

健康の入り口はお口から！  
6月4日～10日は歯と口の健康週間

## 安全安心

### 交通事故発生状況

☎ 高島警察署 (22) 0110  
(令和2年4月末現在)

内容	件数	前年比
人身事故発生件数	14件	-17件
死者数	0人	-1人
傷者数	21人	-21人

発生場所	件数
マキノ	3件
今津	1件
朽木	0件
安曇川	2件
高島	3件
新旭	5件

※概数



### 火災・救急・救助件数

☎ 消防総務課 (22) 5401  
(令和2年4月末現在)

火災	件数	累計(1月~)
建物	1件	5件
車両	0件	1件
林野	0件	0件
その他	1件	11件

救急	件数	累計(1月~)
交通事故	11件	39件
一般負傷	25件	118件
急病	95件	504件
その他	17件	86件

救助	件数	累計(1月~)
火災	0件	0件
交通事故	1件	8件
水難事故	0件	0件
その他	1件	1件

### 環境放射線測定結果

☎ 原子力防災対策室 (25) 8133

4月平均値(平日測定)	前月平均値
マキノ(マキノ支所前駐車場) 0.070 μSv/h	0.067 μSv/h
今津(今津支所車庫付近) 0.038 μSv/h	0.036 μSv/h
朽木(朽木支所前駐車場) 0.063 μSv/h	0.065 μSv/h
安曇川(安曇川支所南側駐車場) 0.050 μSv/h	0.052 μSv/h
高島(高島支所東側駐車場) 0.050 μSv/h	0.060 μSv/h
新旭(高島市役所本館北側駐車場付近) 0.052 μSv/h	0.052 μSv/h

※測定地点は他に24か所あります。測定結果は、市のホームページをご覧ください。  
※日本での自然放射線による時間線量の通常値はおおむね0.2μSv/h以下です

☎ 閏地域包括支援課 (25) 8150  
(地域包括支援センター) ☎ (25) 8054

## あんしん 元気生活

お気軽にご相談ください！

相談者やその内容の秘密は固く守ります。  
また、介護者などが気軽に話し合える場などのご紹介もしています。



「住み慣れた地域で自分らしく安心して暮らしていく」ために、地域で住む皆さんの日頃の見守りから高齢者虐待を未然に防いでいきましょう。

「がんばりすぎない介護を！」  
介護が必要になったことで、仕事に支障がでてくることや、慣れない介護を続けることによる混乱などから、介護者は精神的に追い込まれ、虐待に至ってしまうケースがあります。  
一人で抱え込まないこと、そして周りの人が温かい言葉をかけるなど、手差し伸べるのが大切です。



「ちょっとした心遣いを！」  
地域のなかで高齢者や介護者の異変に気づくために、普段のようすを知ることができ、あいさつなどの声かけから始めてみましょう。  
高齢者に傷の理由を聞いても答えない、介護者が高齢者に会わせないなどは、SOSを発信しているサインかもしれません。



地域で守ろう高齢者の権利  
高齢者虐待を未然に防ぐために