

### 麻しん(はしか)・風しんの 予防接種を受けましょう

麻しん(はしか)は感染力が強く、空気感染で広まります。多くの人がかかる病気で、手洗いやマスクをつけるだけでは防ぐことができません。また、風しんは咳などによりウイルスが飛び散り、それを吸い込むことで感染します。

これらの発症を予防するためには、**麻しん・風しん混合ワクチン**を接種することが一番です。なお、十分な免疫をつけるには子どもの時に**2回の接種**が必要ですので、対象年齢になりましたら早めに予防接種を受けてください。

#### ○対象年齢

1回目：1歳～1歳11か月まで

2回目：小学校就学前の1年間

※対象年齢の間は無料で接種できます。忘れずに接種を済ませましょう。

### 高島市 親子でいい歯コンクール



6月8日(水)、高島保健センターで「高島市親子でいい歯コンクール」を開催しました。これは、毎年6月に子どもの歯の健康を通して、親自身の歯の健康意識を高めてもらうために行っています。

昨年の3歳6か月児健診を受診された314人の中から7組の親子が選ばれ、コンクールに参加されました。当日は身体測定、ブラッシング指導、歯の診察を行い、審査の結果、富田さん親子が最優秀賞に選ばれました。富田さん親子は、7月3日(日)に高島市代表として、県のコンクールに参加され、見事奨励賞を受賞されました。

幼少期の歯の健康は、将来の体の健康に繋がります。今一度、家族みんなで歯の健康を見直してみましょう。



最優秀賞に選ばれた  
富田健人くんと智子さん

# 成年後見制度ってなあに？

Point!  
成年後見制度とは、認知症、知的障がい、精神障がいなどで判断能力が不十分な方々を法律面や生活面で保護や支援をする制度です。

成年後見人と呼ばれる人が、対象者に代わって財産の管理や契約を行います。

ますます高齢化が進む中で、高齢者をめぐる財産管理などには、社会的な支援が必要です。これらに対応する制度として、『成年後見制度』があります。

## 後見人などは誰が決めるの？

家庭裁判所が本人にとってどのような支援が必要なのか考え、家族、法律・福祉の専門家(弁護士、司法書士、社会福祉士など)などから適任者を選びます。本人の判断能力に応じて、成年

後見人、保佐人、補助人が選ばれます。他にも、判断能力が不十分になる前に誰に何をしてもらいたいかを先に自分で決めておくことができる任意後見制度があります。

## どうやって利用するの？

必要な書類をそろえて、本人の住所地を管轄している家庭裁判所に申し立て手続きをします。本人や配偶者、4親等以内の親族などが申し立てをすることができ、該当する身寄りがいない、または音信不通の場合には、市長が申し立てをすることができます。成年後見制度の申し立てや利用には費用がかかります。収入や資産状況によっては費用を助成する事業もあります。詳しくは、お問い合わせください。

問 高島市成年後見サポートセンター(高島市社会福祉協議会)  
☎(36) 82330

## 国保年金あらかると

問 保険年金課 ☎(25) 8137

### 国民年金保険料の納め忘れがある方へ

過去5年以内に国民年金保険料の納め忘れがある方は、申し込みをすることで、平成27年10月から平成30年9月までの3年間に限り、国民年金保険料を納めることができます。(本来、国民年金保険料は2年を経過すると時効となり納付することができません)

後納制度を利用することで、将来の年金額を増やすことができます。

※年金制度が改正され、平成27年10月から後納制度をご利用できる期間が過去10年から5年になりました。※過去5年とは、納めようとする月前5年以内の期間です。(例)平成23年12月分の場合

→平成28年12月末まで納付可能となります。

なお、60歳以上で、老齢基礎年金を受け取っている方は申し込みできません。

後納制度を利用するには申し込みが必要です。詳しくは、大津年金事務所国民年金課までお問い合わせください。

問 大津年金事務所 ☎077(521)1789

### 「後納制度」と「追納制度」 はどう違う？

後納制度は、過去5年以内の未納期間について、国民年金保険料を納めていただくことができる制度です。(平成27年10月から平成30年9月までの間に限る)

一方、追納制度は、過去10年以内の免除期間について、国民年金保険料を納めていただくことができる制度です。(学生納付特例、若年者納付猶予を含む)

いずれの制度も納付の申し込みが必要で、納付の申し込みをされた年度から起算し、3年度より前の期間は一定の金額が加算されます。



※高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律

case3  
年金が家族に勝手に使われていた。心配です。  
●本人に無断で本人以外の生活費に年金が使われることは法律で禁止されています。高齢者虐待に関する相談は地域包括支援課までご連絡ください。

case2  
認知症の父が知らない間に必要なリフォームの契約をして困っています。  
●本人にとって不利益な契約の取り消しを代わりに行います。

case1  
寝たきりの母が自分で年金を管理できなくなりました。娘の私は近くに住んでいないので必要な時にお金を出して届けられません。  
●預貯金や年金など、出入金を確認しながら財産を管理します。

例えばこんなとき、  
後見人が守ってくれます



### ケアメン(男性介護者)の会

男性介護者の皆さん、日々の介護に悩んだり疲れたりしていませんか?仲間と一緒に学び、情報を共有しながら日頃の介護に活かすケアメン(男性介護者)の会にぜひご参加ください。

日時 8月29日(月) 11時~14時  
場所 新旭保健センター  
内容 「ケアメン(男性介護者)の料理教室」  
講師 高島市健康推進課 石本朋子管理栄養士  
持ち物 エプロン  
申込締切 8月26日(金)

### 家族介護教室

高齢者を介護されている家族の方、過去に介護経験のある方、介護に関心のある方、皆さんで情報交換をしたり、介護の知識や技術について学んでみませんか。

日時 8月22日(月) 11時~15時  
場所 今津保健センター ホール  
内容 「介護者自身の介護予防」  
講師 リハビリデイサービスひまわり 理学療法士 川島直之氏  
申込締切 8月19日(金)