

今年度の国民年金保険料は
月額 **15,590円**です。
(平成27年4月分～平成28年3月分)
早めの納付をお願いします。

▼さまざまな納付方法があります

日本年金機構から送られる納付書により、金融機関・郵便局・コンビニで納めることができます。また、クレジットカードによる納付やインターネット等を利用した納付、そして便利でお得な口座振替もあります。

▼納期限までに納めてください

日本年金機構では、納期限までに納めていただけない方に対して、電話、書面、面談により早期に納めていただくよう案内を行っています。

経済的な理由で

▼納付が困難な場合は？

経済的な理由等で保険料の納付が困難な場合は、保険料の納付が免除される制度や猶予される制度(30歳未満に限る)がありますので、市役所保険年金課または各支所へご相談ください。

【平成27年度免除の受付期間】

7月1日から開始され、平成27年7月分から平成28年6月分までの期間を対象として審査を行います。

【さかのぼって免除申請できます】

平成26年4月に法律が改正され、2年1か月前の月分までさかのぼって免除申請をすることができるようになりました。

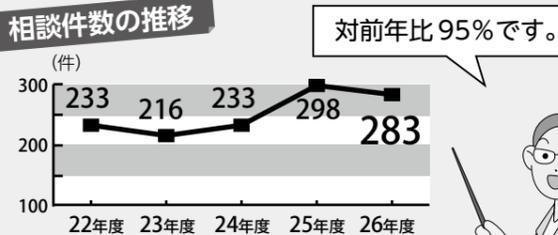
失業等により保険料を納付することが経済的に困難になったものの、申請を忘れていたために未納期間がある方等は、一度市役所保険年金課または各支所へご相談ください。

保険料が納め忘れの状態、万一、障がいや死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられなくなる場合があります。

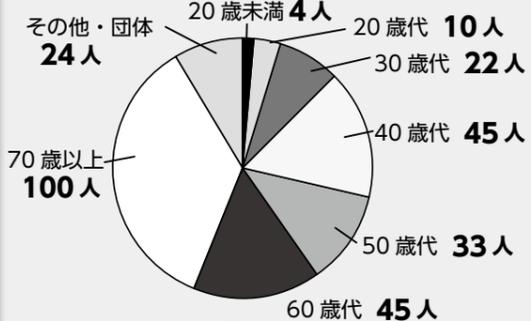
市役所保険年金課 ☎(25) 8137
大津年金事務所 ☎077(521) 1789

市内の消費生活相談の
状況はどうなっているの？

平成26年度に高島市の消費生活相談窓口で受け付けた相談の概要をお知らせします。



年代別人数



相談内容の特徴

- 全体ではアダルトサイトや出会い系サイトなど、**有料サイトの利用料金トラブルに関する相談が多く寄せられました。**
- 70歳以上の人の相談は、**電話勧誘販売や訪問販売によるものが大半を占めています。**日中、自宅にいたることが多いため、勧誘を受けやすいと思われます。
- 「**各家を訪問する点検商法**」や「**火災保険を使った家屋修理の勧誘**」に関する相談が急増しました。
- 払いすぎた医療費を返すという**還付金詐欺**や、**大手企業の名を騙り実態のない社債を買うように誘う劇場型詐欺の相談は、前年同様にあり、被害も発生**していますので、今後も注意が必要です。

困ったときはひとりで悩まず、ご相談ください。また、高齢者はあきらめて相談しなかったり、被害にあっていることに気付かなかつたりする傾向にあります。周囲の見守りで相談窓口につなぎましょう。

生活相談課 ☎(25) 8125

はじまっています
大腸がん検診!

がん検診でがんが見つかった家族の方の声をいただきました。

健診やがん検診をほとんど受けていなかった父親。5年前娘の私のがん検診を勧め、市のがん検診を受けてもらいました。すると、早期の大腸がんが発見されました。父親はまだ55歳だったので本人だけでなく家族全員が落ち込みました。けれども幸い早期発見、早期治療だったため、現在は仕事復帰し元気に過ごしています。これ以降、私たち家族全員ががん検診を受けています。がんが見つかったら怖い、自分は大丈夫だと思っただけで、自分は大丈夫だと思っただけで、がん検診を受けていない方に、ぜひともこの体験を知ってもらい、がん検診を受けてほしいと思います。

(図1) がん検診では早期のがんが見つかります!

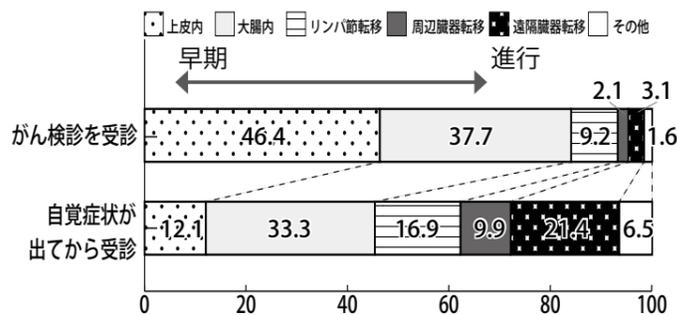


図1は、滋賀県の「大腸がん発見の経緯と進行」の累計です。がん検診でがんと診断された場合は、早期の段階で発見されていることがわかります。

安心・簡単・大腸がん検診!!
大腸がんは増えています

大腸がんを早期発見するためには**40歳になったら毎年検診を受けることが大切**です。

年に一度は大腸がん検診を受けましょう!!

- ② 個別医療機関で受ける場合
医療機関での大腸がん検診は年間を通じて実施しています。ご希望の医療機関で大腸がん検診の容器を受け取り、容器を受け取った医療機関に検便を提出してください。
- * 大腸がん検診は、痛みや苦痛を伴わず簡単に調べられる検便による検査です。

- ① 集団検診で受ける場合
各保健センター(朽木地域は朽木支所)で大腸がん検診の容器を受け取り、検便を提出してください。
- * 提出日時、場所など詳しい内容は容器と一緒にお渡しします。

《大腸がん検診の受け方》

① 集団検診で受ける場合

各保健センター(朽木地域は朽木支所)で大腸がん検診の容器を受け取り、検便を提出してください。

* 提出日時、場所など詳しい内容は容器と一緒にお渡しします。

② 個別医療機関で受ける場合

医療機関での大腸がん検診は年間を通じて実施しています。ご希望の医療機関で大腸がん検診の容器を受け取り、容器を受け取った医療機関に検便を提出してください。

* 大腸がん検診は、痛みや苦痛を伴わず簡単に調べられる検便による検査です。

第1回 発酵料理教室

「発酵食をもっと家庭にとり入れてもらいたい!」「高島にある素晴らしい発酵食文化や安心安全な食材を伝えていきたい」との思いで「発酵つながり隊」を結成し、高島市協働提案事業により今年度は4パターン合計8回の料理教室を予定しています。

▼日時・場所

① 7月8日(水) 今津東コミュニティセンター、② 7月11日(土) 安曇川ふれあいセンター
※両日とも 10時~13時

▼定員 各20人

▼受講料 各回1,000円

▼講師 カフェアリエビオ 三矢美保氏

▼内容 暑い夏にピッタリのさわやか中華メニュー(予定) 鶏ムネ肉の甘酢炒め、サラダ、スープ

▼持ち物 エプロン、三角巾、お手拭き、筆記用具

▼その他 託児はありませんが、お子さん連れでも保護者の方が責任をもっていただけるなら参加していただけます。申し込み時にその旨をお伝えください。

▼申込先 発酵つながり隊ホームページからお申し込みください
<http://hakkou-tunagaritai.jindo.com>

高島発酵つながり隊 代表 美食倶楽部 ☎090(9054) 0446