

控除するには、この証明書が必要になるんやね

国民年金保険料は、所得税と住民税の申告において、**全額が社会保険料控除の対象**となります。その年の1月1日から12月31日までに納付した保険料が対象です。

この社会保険料控除を受けるためには、納付したことを証明する書類の添付が義務付けられています。

このため、平成26年1月1日から9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方には、日本年金機構本部から11月上旬に「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送付されます。年末調整や確定申告の際に必ずこの証明書(または領収証書)を添付してください。

・10月1日から12月31日までの間に、平成26年中にはじめて国民年金保険料を納付された方については、平成27年2月上旬に送付されます。

・ご家族の国民年金保険料を納付された場合も、ご本人の社会保険料控除に加えることができますので、ご家族あてに送られた控除証明書を添付のうえ申告してください。

・「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」についてのご照会は、控除証明書のはがきに表示されている電話番号にお問い合わせください。

控除証明書専用ダイヤル

(平成26年11月4日～平成27年3月16日)

☎0570(058)555 (ナビダイヤル)

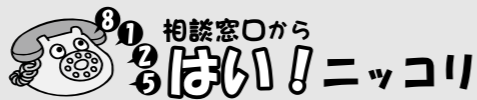
※一般の固定電話からおかけになる場合は、全国どこからでも市内通話料金でご利用いただけます。ただし、一般の携帯電話等からおかけになる場合は通常の通話料金がかかります。

「050」から始まる電話でおかけになる場合

☎03(6700)1144

※通常の通話料金がかかります。

☎保険年金課 ☎(25)8137



気を付けて! 浴槽での首掛け式浮き輪の事故!

赤ちゃんはご機嫌でも、一瞬も目を離してはいけません!



使用イメージ

首浮き輪は乳幼児を一人にして使うものではありません。被害者はすべて一歳未満。いずれも一瞬の不注意が原因で発生しています。

事故事例

- 1 自宅の浴室で、空気は7割くらい入れて使っていた。戻ると子どもが首浮き輪から抜けていた。(4か月女児)
- 2 母親が洗髪中で目を離したときに、首浮き輪で子どもの鼻がふさがった状態になった。(6か月女児)
- 3 おむつ準備のため1分くらい浴室を出た。戻ると首浮き輪が外れていた。(6か月男児)
- 4 ミルク準備のため2分くらい浴室を出た。戻ると首浮き輪が外れていた。(8か月女児)

消費者の皆さんへ

- ◎ 絶対に目を離さない!
- ◎ 乳幼児が溺れる事故は発見が遅れると重症化することもあります。
- ◎ 浮き輪に空気を十分入れましょう!
- ◎ 取扱説明書を十分に読んで注意深く使いましょう!

※消費者庁と(独)国民生活センターが、ホームページで注意喚起情報を公表しています。今回の記事は、ホームページの内容を基にしています。

☎生活相談課 ☎(25)8125

このコーナーに関するお問い合わせは健康推進課まで ☎(25)8078

年齢に応じた、楽しい体験・試食コーナーを設けています。皆さんお楽しみください。

食と健康づくりのつどい

※害に備えよう! 物品展示

日時 **12月23日** 10時~14時

場所 **安曇川公民館 安曇川保健センター**

健康ウォーク (雨天中止)

料理レシピ展示

みんなで広げよう! 食育と健康づくりの輪 高島の食材で和食のよさを見直そう!

サンタとの記念撮影

3分できる体力診断

同日開催 **パパとXmasケーキを作ろう!**

- 1部9時~12時、2部13時30分~16時30分
- 場 所 ゆめぱれっと高島(働く女性の家)
- 参加費 1組2,000円(ケーキ1台分材料費)
- 定 員 各回9組(先着申込順)
- 申込締切 12月12日(金)
- 申込先 ☎(22)5775

試食・試飲

味噌おにぎり、甘酒、大鍋汁、石釜焼きそば、発酵料理

食育クイズスタンプラリー

スタンプを集めた方、先着200名に粗品プレゼント

巻き寿司作り

卵、乳製品不使用 スコーン作り

薬膳ふりかけ作り

年末年始の救急歯科診療

年末年始には、市内の歯科診療所が休診となることから、高島市歯科医師会により当番制の休日歯科診療が行われます。

歯が痛みすぐに処置してほしいなど、緊急の場合は開院時間内に下記当番診療所へ必ず連絡していただき、受診してください。※緊急時のみの対応となります。

▼開院時間 いずれも10時~16時

| 診療所名 | 堀井歯科医院 | 藤本歯科医院 |
|------|--------------|------------|
| 住 所 | 今津町住吉 2-12-8 | 今津町今津 1614 |
| 電話番号 | (22)3886 | (22)2369 |
| 12月 | 29日 月 | ○ |
| | 30日 火 | ○ |
| | 31日 水 | ○ |
| 1月 | 1日 木 | ○ |
| | 2日 金 | ○ |
| | 3日 土 | ○ |

悪くなつてからでは、取り返しがつきません...
特定健診を受けましょう

「尿酸値が上がってきた」「コレステロールが高いといわれた」「血圧が高くなってきたかも」「最近、体型が変わったなあと思う」など...心当たりはありませんか?

「でも、悪くなったら病院に行くから大丈夫。いまは仕事が優先。」そんな一言で片づけていませんか?

少しづつ悪い値が重なることが、本当は怖いのです!!

自覚症状がないままに動脈硬化は進んでいます。症状が出るというころは、「心筋梗塞」「脳梗塞」「腎不全」などになってからのことです。つまり「悪くなった」取り返しがつかないということなのです。

対象の方で、まだ受診されていない方へ受診案内を送っています。仕事や子育て、趣味に思い切り打ちこむためにも、健診を受けて自分の健康を確認しましょう。

受診期間 1月末まで

