



今年も開催!

看護の日のイベント

毎年恒例の看護の日のイベントを5月12日(木)に開催します。

▼内容

- ・身体測定(身長、体重、血圧)
- ・妊婦体験
- ・健康相談
- ・薬剤相談
- ・子ども達による「私の家族は看護師さん」の絵の展示
- ・骨塩定量
- ・栄養相談
- ・川柳の展示

▼時間

9時~15時

▼場所

公立高島総合病院
正面玄関ホール

地域の皆さん、患者さん、ご家族の皆さんたくさんの方のお越しをお待ちしています。

看護の日ってなに??

毎年5月12日は「看護の日」となっています。

由来は近代看護を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日にちなみ、5月12日に制定されました。

そして、12日を含む週の日曜日から土曜日までが「看護週間」となり気軽に看護にふれていただける楽しい行事が全国各地で行われます。

就任医師の紹介

4月1日付で常勤医師が就任しました。

小児科

木下 典子 医師

公立高島総合病院 (056) 0220

平成23年度

糖尿病教室

- 第1回 4月21日(木) 糖尿病について・食事療法について
- 第2回 5月19日(木) 糖尿病治療に使う薬 あなたに必要なエネルギー
- 第3回 6月16日(木) 糖尿病から足をまもる 食品交換表の使い方①
- 第4回 7月21日(木) 運動療法について 食品交換表の使い方②
- 第5回 8月18日(木) 糖尿病と歯の衛生・間食について
- 第6回 9月15日(木) 食事会(予約制 12時~)
- 第7回 10月20日(木) 糖尿病の検査 「食事のかたちで」バランスよく
- 第8回 11月24日(木) 糖尿病と心筋梗塞・献立を立ててみよう
- 第9回 12月15日(木) 糖尿病と網膜症・おせち料理について
- 第10回 1月19日(木) 糖尿病と腎臓疾患・蛋白質の摂り方について
- 第11回 2月16日(木) 糖尿病と脳血管障害 上手な塩分の減らし方
- 第12回 3月15日(木) 食事会(予約制 12時~)

※下線なし…医師・看護師・薬剤師・臨床検査技師・理学療法士・歯科衛生士が担当
※下線あり…管理栄養士が担当

▼時間 14時~15時(予定)
(9月15日・3月15日のみ12時~13時)

▼場所 公立高島総合病院3階会議室

▼持ち物 糖尿病治療のための食品交換表・筆記用具

※都合により内容・日時などを変更する場合があります。その都度お知らせしますのでご了承ください。

※食品交換表をお持ちでない方は、当日販売します。(945円)

※ご不明な点があれば、内科外来または栄養管理室へお問い合わせください。

国保年金あらかると

口座振替が便利でお得!

国民年金保険料の納付

国民年金保険料の納付には、口座振替がご利用になれます。口座振替にすると、保険料が自動的に引き落としされますので、金融機関へ行く手間が不要で、納め忘れもなくなるとも便利です。また、口座振替には、当月分保険料を当月末に引き落としすることにより、月々50円割引される「早割制度」や、現金納付より割引額が大きい「6か月前納」、「1年前納」の制度もあり、大変お得です。口座振替をご希望の方は、納付書または年金手帳、通帳、金融機関届出印を持参のうえ、ご希望の金融機関または大津年金事務所へお申し出ください。

一日年金相談所



お気軽にご利用ください!

▼日時 5月26日(木) 10時~16時
▼場所 今津支所
▼申込先
◎大津年金事務所 ☎077(521)1489
平日8時30分~17時
※この電話では予約以外のご用件はお受け出来ません。
※定員になり次第、締め切ります。

知っていますか?

国民年金保険料の免除・猶予制度

●申請免除制度:
国民年金には、経済的な理由などで保険料を納めることが困難な場合、申請をして承認されると、保険料の納付が免除されます。申請免除制度には、保険料の全額が免除される「全額免除」と、保険料の一部を納付し、残りの保険料が免除される「一部納付」があります。一部納付には、4分の1納付、半額納付、4分の3納付の3種類があります。免除は、申請者本人・配偶者、世帯主の前年の所得の審査を行い、一定額以下の場合に承認されます。

●特例免除制度:
また、退職(失業)を理由とした特例免除制度もあります。申請する年度または前年度に退職(失業)の事実が確認できる場合に対象となり、失業された方の所得を除外して免除の審査を行います。

●若年者納付猶予制度:
他にも、30歳未満の方が対象の「若年者納付猶予制度」があります。申請者本人・配偶者の前年の所得の審査を行い(世帯主の所得は審査の対象外です)。一定額以下の場合であれば、保険料の納付が猶予されます。保険料を納めないままにしておくとしも、のときの障害基礎年金や遺族基礎年金を受けられない場合があります。納めることが困難な場合は、市役所保険年金課または最寄りの支所窓口へご相談ください。

国民年金課 ☎(25)8137

平成23年度国民健康保険税の税率

法律改正により、下記のとおり課税限度額を引き上げることとなりました。 国税務課 ☎(25)8116

項目	医療給付費分	後期高齢者支援金分	介護納付金分
①所得割額	5.3%	1.5%	1.4%
②資産割額	20%	7%	7%
③均等割額	23,800円	6,800円	9,000円
④平等割額	特定世帯以外	19,400円	5,200円
	特定世帯	9,700円	2,800円
課税限度額	50万円→51万円	13万円→14万円	10万円→12万円
対象となる方	0歳以上75歳未満	0歳以上75歳未満	40歳以上65歳未満