

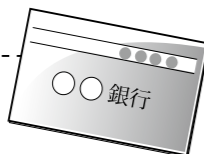
## ご存知ですか？ 国民年金の任意加入制度

老齢基礎年金は、20歳から60歳になるまでの40年間保険料を納めなければ、満額の年金を受け取ることができません。保険料の納め忘れなどにより、納付済期間が40年間に満たない場合は、60歳から65歳になるまでの間に国民年金に任意加入して、満額の年金に近づけることができます。なお、老齢基礎年金を受給するためには、保険料の納付済期間や保険料の免除期間等が原則として25年以上必要ですが、この要件を満たしていない場合は、70歳になるまで任意加入することができます（ただし、昭和40年4月1日以前に生まれた方に限られます）。

また、海外に在住する日本国籍の方も国民年金に任意加入することができます。

## 任意加入被保険者の方の保険料納付は口座振替で！

任意加入は、月々の保険料を確実に円滑に納付いただくため、原則、口座振替をお申し込みいただけます。



なお、正当な理由がある場合には、現金で納付することもできます。

### <口座振替によらない正当な事由とは>

- ①預金口座を有していない場合
- ②資格を喪失するまでの期間の保険料を前納する場合（加入する年度内に納付月数が40年を迎えて任意加入期間が終了する方など）
- ③その他①、②に準ずる事由により口座振替によらない正当な事由があると認められる場合

### <窓口での手続き>

任意加入の資格取得申出書を提出される際に、口座振替申出書もしくは口座振替ができない旨の申出書の提出が必要です。（口座振替できない旨の申出書の様式は任意の様式で構いません。）

◎詳しくは、市役所保険年金課または各支所、大津年金事務所国民年金課（☎077-521-1789）へお問い合わせください。

☎ 保険年金課 ☎ (25) 8137

## くじ引きで当たった ウォーターサーバー

### 【事例】

街頭で「テレビが当たる」と呼び止められてくじを引いたら、2等のウォーターサーバーの無料レンタルが当たった。ウォーターサーバーに設



置するミネラル水は有料で定期購入が必要と説明された。得した気分だったので契約したが、後で家族から必要ないと反対された。解約できるだろうか。



### 《ウォーターサーバーとは》

専用の水のボトルを設置すると、いつでも簡単に冷水や温水をコップで飲むことができる装置です。



### 【アドバイス】

- ◎ ウォーターサーバー機器のレンタルは無料ですが、定期的に水を購入することが条件になっています。
- ◎ くじを引いて当選すると、得した気分になりますが、実際は水の定期購入契約です。
- ◎ 「無料」、「当選」の言葉に惑わされず、本当に必要なものかどうか冷静に判断し、必要なければ断りましょう。
- ◎ 契約前には、何が無料で何が有料か、解約時に解約料は必要かなど契約内容を十分確認しましょう。
- ◎ 勧誘された場所や状況によって異なりますが、契約書面を受け取った日から8日以内ならクーリング・オフ（無条件契約解除）ができる場合があります。

☎ 生活相談課 ☎ (25) 8125



平成25年3月末までの市内の認知症サポーター養成講座受講者数は5,717人です。各地域のサロンや区、自治会の行事、小中学校、事業所等で認知症サポーター養成講座を開催しています。グループ、地域、職場等からの申し込みを受け付けています！ぜひお問い合わせください。

### 講座の内容

- ・認知症という病気について
  - ・自分たちにできること（寸劇やスライド、紙芝居等を使って分かりやすくお伝えします。）
- ※所要時間 1時間程度

### 受講者の声

- ・「対応の仕方などで症状の進行に違いが出ることがわかった。」
- ・「認知症になった本人の気持ちを全然考えていなかったの、本人も不安になったりしているんだなと思いました。」
- ・「認知症の人は悲しんだりしているのわかったの、これからはいつも怒らないで優しく接したいと思いました。」
- ・「やはり周囲が支えることが大切。」
- ・「本人に寄り添うことの大切さを知った。誰にでもなる可能性があると思った。」

※サポーター養成講座を受けた方からは、接し方や認知症の方の気持ちについて知ることができた等、様々なご意見をいただきました。

## 次回の家族介護教室は

日時 10月7日（月）11時～14時30分  
場所 丸八百貨店（高島市朽木市場）  
内容 11時～ 情報交換 12時～ 昼食  
13時～ 講演「正しいオムツの使い方」  
講師 介護ホットステーション・クローバー 中村 真理さん  
申込方法 10月4日（金）までに健康いきいき  
応援センターにお申し込みください。  
お弁当（千円程度）を注文される場合は、併せてお申し込みください。

# 認知症になっても 安心して暮らせる まちづくりを!!

あなたも  
認知症サポーターに！



認知症という病気を正しく知り、認知症の方やその家族を応援し、誰もが安心して暮らせるまちを目指して、認知症サポーター養成講座、市民講座を開催します。

## 市民講座を開催します！

### ▼日程

#### ◆基礎編

日時 10月1日（火）  
13時30分～15時  
場所 新旭保健センター  
内容 「認知症とは？  
認知症の症状について」

#### ◆応用編

日時 10月8日（火）  
13時30分～15時  
場所 新旭保健センター  
内容 「認知症の方の思い・接し方」

### ▼対象者

### ▼講師

### ▼参加料

高島市に在住または在勤の方  
きらめき介護塾 渡辺哲弘さん  
無料

## 北部健康いきいき応援センター

☎(22) 5101... 今津保健センター  
☎(22) 0193... 地域包括支援センター

## 南部健康いきいき応援センター

☎(32) 4413... 安曇川保健センター  
☎(32) 2520... 地域包括支援センター