

## 国民年金保険料はクレジットカードでも納付できます

国民年金保険料は、「納付書による毎月の振り込み」、「口座振替」の他に、「クレジットカード」でも納めていただくことができます。

クレジットカードでの納付とは、国民年金保険料を定期的にクレジットカード会社が立替払いし、クレジットカード会社からカード会員の方に請求する方法です。ただし、過去の未払い分の保険料についてはご利用いただけません。

### ●保険料の納付の種類…

毎月納付、6か月前納、1年前納  
※2年前納はできません。

### ●納付できる保険料…

定額保険料、付加保険料込みの定額保険料

### ●お申し込みは…

「国民年金保険料クレジットカード納付申出書」の提出が必要となります。大津年金事務所へお申し出ください。

※保険料の一部を免除されている場合はご利用いただけません。

※カード会社へのお支払い回数は、1回払いのみとなります。

☎ 保険年金課 ☎ (25) 8137

大津年金事務所 ☎ 077 (521) 1789

## 国民年金基金で公的年金のお受け取りにプラスを！

国民年金基金は、基礎年金に上乗せをする公的年金で、国民年金の定額保険料を納付している第1号被保険者（自営業者、農林漁業者、自由業者などの方とその配偶者、学生等）が申し込みにより任意に加入できる制度です。

掛金は、加入時の年齢、性別、口数などにより決まります。なお、掛金の全額が社会保険料控除の対象となるため、所得税や住民税が軽減されます。

国民年金基金の給付は、「終身年金」を基本としていますので、生涯受け取ることができます。詳しくはお問い合わせください。

☎ 滋賀県国民年金基金

☎ 0120 (65) 4192

## 始まりは一本の電話から… 詐欺に注意！

事例1

公的機関からの「あなたの個人情報  
が漏れているので削除しますか」という電話をきっかけに、宅配便で現金を送ってしまった。

事例2

医療機関から「あなたに老人ホーム入居の  
権利がある。譲ってほしい。」という電話がかかり、名義を貸したが、法律違反になると脅され現金を要求された。

事例3

証券会社から「青い封筒に入ったパン  
フレットが届いていないか」と電話がかかり「パンフレットの会社へ投資すれば高い配当がつく」と言うので、現金を小包で送ってしまった。連絡がとれない。

事例4

大手企業からの「A社の債権を  
購入できる人の名簿にあなたの名前が載っている。高く買い取るので申し込んでほしい」という電話をきっかけに、現金を送ってしまった。

### ひとこと助言

- ・このような電話の多くは、平日11時～14時の間にかかってきています。
- ・実在する企業や公的機関を名乗り、電話をかけてきます。
- ・こんな電話がかかってきたら、相手にせずすぐに電話を切ってください。
- ・留守番電話機能を利用して、かかってきた電話には出ず、必要に応じて後でかけ直すようにする方法が有効です。
- ・発信者番号が表示される電話を使用している場合には、番号非通知や知らない番号からの電話には出ないという方法もあります。
- ・「宅配便で現金を送って」は詐欺の手口です。絶対に送らないでください。
- ・ひとりで判断せず、必ず周囲の人に相談しましょう。

☎ 生活相談課 ☎ (25) 8125

## 2月4日から10日は「滋賀県がん向き合う週間」 私はがんになりません。 そう言いきれるのは2人に1人

生涯のうちで、男性の2人に1人、女性の3人に1人ががんになる可能性があると言われている。医療の進歩によりがんは「つき合う病気」となり、仕事や学業などと治療との両立についての課題が以前より大きくなっています。

この機会に、がんについての関心を深め、予防や早期発見への取り組みに一歩踏み出してみよう。

今年度のがん検診  
は3月まで！  
医療機関での検診



滋賀県の健康づくりキャラクター「しがのハグ&クミ」

「大腸がん検診」  
医療機関へ容器を受け取りに行ってください。  
「乳がん、子宮頸がん」  
保健センターで受診券を受け取ってください。

### 滋賀県がん対策推進イベント ・がん医療フォーラム

▶日時 2月8日 10時～16時  
▶場所 草津クリアホール

▶主要内容  
○特別講演「新たないのちを自分らしく生きる」中溝裕子さん（滋賀県出身プロゴルファー）  
○医療講演「増加するがんに対する最新の治療～働きながらがんを克つ時代を求めて～」  
がん検診、相談コーナーもあります。詳しくはお問い合わせください。

☎ 滋賀県がん対策推進イベント  
実行委員会事務局  
☎ 077 (525) 2733

### 男性健康推進員による 「男性のための料理教室」

今年度2回目の開催。今回は、手間をかけず簡単においしくつくれる家庭料理です。今まで料理づくりをしたことがない方も、これを機会にチャレンジしてみませんか。

▶日時 2月6日 10時～13時  
▶場所 安曇川公民館

▶持ち物 エプロン、三角布、手ふきタオル

▶参加費 無料  
▶申込締切 2月4日

☎ 健康推進課 ☎ (25) 8078



平成25年度に市が行った40歳、50歳対象の歯周疾患検診では、**95%もの方が歯周病と診断されています。**

### チェックしてみましょう！

一つでも該当する場合は、歯周病の可能性がります。

- 歯肉の色がうすいピンク色ではなく濃い赤色をしている
- 歯と歯の間の歯肉が丸く、腫れぼったいところがある
- 歯肉から出血しやすい
- 唾液がネバネバする
- 口臭が気になる
- 歯が長く伸びてきたように見える

歯周病は気づかないうちに歯を支えている骨が破壊され、ついには歯が抜けてしまいます。一度破壊された骨は元に戻ることがありません。早期発見、早期治療が大切です。手遅れになる前に歯科医院で検診を受けましょう。

### 歯を失う歯周病。定期検診受けていますか？

「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）・風しん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歳から2歳になるまで  
2回目…小学校就学前の1年間（5歳以上7歳未満）  
※対象年齢の間は公費負担となるため、無料で接種できます。忘れずに接種を済ませましょう。詳しくはお問い合わせください。