

昨年の滋賀県における 新型インフルエンザの状況

- ・受診者数 22万7,000人
- ・ワクチン接種者数 20万9,820人
- 《学校や保育所など福祉施設の罹患状況》
- ・幼稚園～高校 6万810人 (34.34%)
- ・認可保育所 7,949人 (30.22%)

※（ ）は罹患率
罹患率とは、ある期間内に発生した患者数をそれに対応する人口で割ったもの

昨年は新型インフルエンザが日本を席巻しました。
8月には新型インフルエンザの終息宣言が出されましたが、一安心かと思う間もなく今年度のインフルエンザワクチン接種の時期になります。

インフルエンザの季節到来！

●重要ポイント

この3つのチェックポイントがそろったことが、インフルエンザの特徴です。

- 地域内でのインフルエンザの流行
- 急激な発症
- 38℃以上の発熱／悪寒

※前触れとしての鼻水や咳、くしゃみなどが続くことなく、急に高熱になって気づく

●要注意ポイント

他にも次のような要注意ポイントがあれば、インフルエンザを疑いましょう。

- 関節／筋肉痛
- 倦怠感／疲労感
- 頭痛
- 寝込む

また、次のいわゆる「かぜ症状」もほとんど同時か、やや遅れて現れます。

- 咳／鼻汁／くしゃみ
- 喉の炎症

症状をチェックして 早めに医療機関へ

少しでも体調が悪い、インフルエンザの疑いのある時は早めに医療機関へ受診しましょう。

日常生活での予防が大切

日常生活の中でインフルエンザにかからないように普段から予防しましょう。

1 栄養と休養を十分取る
体力をつけ、抵抗力を高めることで感染しにくくなります。

2 人ごみを避ける
病原体であるウイルスを寄せ付けないようにしましょう。

3 適度な温度、湿度を保つ
ウイルスは低温、低湿を好み、乾燥しているとウイルスが長時間空気中を漂っています。加湿器などで室内の適度な湿度を保ちましょう。

4 外出後は手洗いとうがいをする
手洗いは接触による感染を、うがいはのどの乾燥を防ぎます。

5 マスクを着用する
咳やくしゃみの飛沫から他人に感染するのを防ぐ効果があります。『人に対して』という意味で『エチケットマスク』などといわれることもあります。

公立高島総合病院 ☎(36) 0220(代)

▼内科外来からのお知らせ

10月から内科常勤医師
くさひらき 草開 俊之 医師が着任されました。

●公立高島総合病院

診療体制が変わりました

国保年金あらかると



「国民年金保険料控除証明書」は 大切に保管してください

国民年金保険料は、全額社会保険料控除の対象です。
年末調整・確定申告で必要となる書類ですので、大切に保管してください。

国民年金保険料は、所得税や住民税の申告で全額が社会保険料控除の対象となります。今回は、平成22年中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、日本年金機構本部から、平成22年1月から9月末までに国民年金保険料を納付された方に、「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が11月上旬に送付されますので、年末調整や確定申告の際には必ずこの証明書（または領収書）を添付してください。

また、10月1日から12月31日までの間に今年初めて国民年金保険料を納付された方には、翌年の2月上旬に送付されます。

なお、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」についてのご確認は、控除証明書のがきに表示されている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23年3月15日まで
☎0570(070)117
(IP電話の方は、
☎03(6700)1130)

一日年金相談所



大津年金事務所では、「予約制による年金相談」を次の日程で開催します。

▼日時 11月25日(木) 10時～16時
▼場所 今津支所
▼申込方法 平日の8時30分から17時までに、次の予約専用電話でお申し込みください。
◎大津年金事務所 ☎077(521)1489
※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。

「扶養親族等申告書」を12月1日 までに必ずご提出ください

この申告書をもとに、翌年の年金にかかる所得税の源泉徴収税額が決まります。
提出を忘れると各種控除が受けられません。

老齢や退職を支給理由とする年金は、雑所得として所得税の課税対象とされています。（障害年金・遺族年金は非課税です。）
課税対象となる年金受給者の方には、毎年11月上旬までに日本年金機構から扶養親族等申告書が送付されますので、必要事項を記入のうえ12月1日までに日本年金機構あて必ず提出してください。

この申告により、翌年中に受けられる年金にかかる所得税の源泉徴収税額が決まります。もし、提出を忘れると各種控除が受けられず、所得税の源泉徴収税額が多くなる場合がありますので、ご注意ください。

なお、年金以外に収入がある方は確定申告が必要です。

- ★平成23年分扶養親族等申告書が送付される方
- 年齢が65歳未満の場合・・・年金額が108万円以上
- 年齢が65歳以上の場合・・・年金額が158万円以上

国保年金課 ☎(25) 8137