

病院の社会福祉士や看護師が 相談をお聴きします!

通院が難しくなってきたのでどうしよう、入院と言われたが金銭的な不安がある、親の介護が心配になってきたので介護保険の話を知りたい、など療養上や生活上の悩みなどのご相談をお受けします。また、がん相談支援センターではがん相談員の社会福祉士・看護師が、がんに関する不安や心配事、疑問などの相談をお受けします。

- ▼相談時間 平日9時～17時
(がん相談は16時まで) 予約優先
- ▼場所 高島市民病院 相談室
- ▼担当者 社会福祉士・看護師



相談は
無料です

国保年金あらかると

☎ 保険年金課 ☎ (25) 8137
大津年金事務所 ☎ 077 (521) 1126

国民年金保険料の納付が困難な方へ

国民年金の保険料を未納のままにしておくと、将来の「老齢基礎年金」や障害・死亡といった不測の事態が生じたときに「障害基礎年金」・「遺族基礎年金」を受け取ることができない場合があります。

このような状況を防ぐため、経済的な理由で国民年金保険料の納付が困難な場合に、保険料の納付が「免除」または「猶予」になる制度があります。

また、学生の方は、保険料を猶予する「学生納付特例制度」があります。



猶予制度は、本人が50歳未満の期間が申請可能となります。

申請・審査

免除申請書を提出すると、審査対象者の前年所得を基に審査を行います。

制度	審査対象
免除制度	本人、配偶者、世帯主
納付猶予	本人、配偶者
学生納付特例	本人

特例免除制度の対象者

- 次のいずれかに該当する方
- ①申請者、配偶者、世帯主のいずれかが退職（失業等）したことで納付が困難な方
 - ②令和2年2月以降に、新型コロナウイルス感染症の影響で納付が困難な方

◆詳しくは、市役所保険年金課または、大津年金事務所にお問い合わせください。

教育委員会 information

教育長室から

— 高島の未来を切り拓く人づくり — 川島浩之

令和5年度は、全ての小中学校において、「コロナ禍のため制限されていた教育活動が再開され始める」とともに、児童生徒、保護者や地域の皆さん、教職員が一体となって創り上げた「学校・地域連携力リキウム」の取り組みがスタートしました。

「学校・地域連携力リキウム」では、保護者や地域住民の方々に、学習支援や多様な体験活動等に参画していただき、登下校の見守りや環境整備などにもご支援いただきました。一方では、児童生徒が地域に出向き、地域社会に貢献する活動に取り組む学校も増えてきました。

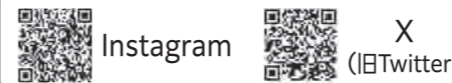
これらの活動を通して、「地域とともにある学校づくり」が着実に実を結んでいることを改めて実感したところであり、今後も、地域と学校、人と人をつなぐ活動を充実させ、高島の未来を切り拓く人づくりに努めてまいります。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



小中学生と地域の方による活動

さて、令和7年度に滋賀県で開催される「わたS H I G A 輝く国スポ・障スポ」では、高島市を会場として6競技が開催されることにも、令和6年度には5競技のリハール大会が予定されており、現在、市をあげて準備を進めているところでもあります。

国スポ・障スポ公式 SNS



あんしん 元気生活

春に向けて介護予防!

介護予防の書

寒い冬を越えもうすぐ春です。活動量が増える時期に向けて介護予防に取り組みましょう。今回は、自宅でできる介護予防について紹介いたします。

高島あしたの体操

「高島あしたの体操」は、ゆっくりとしたテンポで、しっかりと足の筋力アップに効き目がある高島市のオリジナル体操です。二次元コードを読み込むと、「高島あしたの体操」の動画につながります。ご自宅でチャレンジしてみてください。また、市内図書館では、DVDの貸し出しもしています。

体操の動画はこちらから



オンライン体操教室

1月からオンライン体操教室を開催しています。いろいろな機会です。介護予防に取り組めるよう、これからのこのような教室を企画していきます。



オンラインも活用!