

# 在宅介護支援センターによる 介護予防教室のご案内

今日の元気を明日の元気に!!おおむね65歳以上の方を対象に介護予防教室を実施します。  
みんなで楽しく活動しましょう。みなさまの参加をお待ちしています。

日にち	時間	内容	場所	申し込み先
12月11日(木)	午前10時～正午	認知症予防	ゆうきが丘集会所	トータスホーム ☎(52) 2220
1月 8日(木)		健康教室	上三川いきいきプラザ	ふじやまの里 ☎(56) 0958
12月12日(金)	午前9時30分～ 12時30分	男の料理教室 費用:100円	明治コミセン	トータスホーム ☎(52) 2220
12月19日(金)		エプロン教室 栄養士による 講話と調理実習 費用:100円	明治コミセン	
1月 8日(木)			本北コミセン	友愛苑 ☎(56) 8885
1月 9日(金)			東館南集会所	

▶問い合わせ先＝健康課 成人健康係 ☎(56)9133

## 一部免除をうけたときは 残りの保険料の納付を忘れずに

### ●保険料の一部免除とは

国民年金の保険料には、本人・世帯主・配偶者の前年の所得が一定額以下の場合には、申請して承認されると納付が免除される制度があります。免除額には、全額免除・4分の3免除・半額免除・4分の1免除の4種類があります。このうち全額免除以外は免除を受けた保険料の残りの保険料、つまり免除されていない保険料は納めなければなりません。この保険料の納付を怠ると免除が承認されていても、「保険料未納期間」となってしまうので、注意が必要です。

### 【4分の3免除】

毎月の保険料の4分の3が免除。平成26年度の場合、免除が承認されると月額11,440円が免除され、残りの3,810円は納付しなければなりません。

### 【半額免除】

毎月の保険料の半額が免除。平成26年度の場合、免除が承認されると月額7,620円が免除され、残りの7,630円は納付しなければなりません。

### 【4分の1免除】

毎月の保険料の4分の1が免除。平

成26年度の場合、免除が承認されると月額3,810円が免除され、残りの11,440円は納付しなければなりません。

### ●保険料の納期限

国民年金の保険料には納期限があります。毎月の保険料は、翌月末日までに納付しなければなりません。そして、2年を経過すると時効によって保険料を納めることができなくなります。保険料の一部免除を受けた場合でも、残りの免除されていない保険料についても、同様ですのでご注意ください。

※納期限が過ぎた保険料については平成24年10月から「後納制度」が開始されましたので、そちらの申請をさせていただくことにより(審査があります)過去10年以内の保険料については納付が可能です(平成27年9月末まで)。ただし、保険料額には加算額が追加されますのでご注意ください。

### ▼問い合わせ先＝

●宇都宮西年金事務所

☎(0288)6222(4288-1)

●保険課 高齢者年金係

☎(56) 9129

# ＊消費生活センターからのお知らせ＊

## 不良灯油は使わないで！

石油暖房機器の燃料として使われている灯油は保管方法を間違えると太陽光や熱による変質、水や灯油以外の油、ごみ等の混入などで「不良灯油」になることがあります。

「不良灯油」を使うことにより、次のようなトラブルが発生する場合があります。

- ▼ 石油ストーブに残っていた去年の灯油をそのまま使用したら火が消えなくなつた
- ▼ 新品の石油ファンヒーターが、点火後すぐに止まるので点検してもらつたところ、灯油に水が混じつていたと言われた
- ▼ 点火不良で黒い煙が出た

このほかにも「緊急消火」ができなくなることやストーブ内部がさびたり芯が動かなくなることもあります。

## アドバイス

灯油は専用容器に入れ、日光や雨が当たらない屋根のある場所で保管しましょう。次のシーズンに持ち越すなど長期保管はやめましょう。石油暖房機器を片付ける場合は内部の灯油を抜いてください。灯油を破棄する場合には、購入した販売店などに相談しましょう。

不良灯油かどうかは、取扱説明書に記載された確認方法に従って確認し、不良灯油は絶対に使用しないようご注意ください。

## 消費豆知識⑬

### ○催眠商法

自宅に来た営業員に「近所の民家に行けば雑貨品などを安く買えるから来て」と誘われ出かけた。1000円程度の商品をいくつか購入した後、健康器具の説明になり、会場の雰囲気を買わないと損だと思い、つい高額な健康器具を購入してしまつた。しかし、家に帰ってから家族に「高額だ」と言われたので解約したい。というような相談が寄せられます。

これは、催眠商法と呼ばれる訪問販売の一種です。仮設の会場や民家で、無料で日用品を配つたり、安い商品を販売したりして、徐々に会場の雰囲気を感じ上げて、一種の催眠状態を作り上げ、最終的に「今日の目玉商品」などと言って、高額な健康器具や羽毛布団、健康食品を売りつけます。

・催眠商法の業者は日中自宅にいる主婦や高齢者を狙っています。  
・タダで商品をあげる「安く買えます」という誘いに安易に乗らないようにしましょう。

・家族や近所の人から日ごろから目を配り注意することが大切です。  
もし、高額な商品を購入しても、催眠商法は訪問販売とみなされるので、クーリング・オフにより無条件で解約することができます。

くわしくは、上三川町消費生活センターにお問い合わせください。

- ▼ 相談日時 〓  
月～金曜日(祝日・年末年始を除く)  
午前9時～正午、午後1時～4時
- ▼ 相談場所 〓  
上三川町消費生活センター(産業振興課内)

- ▼ 相談専用電話番号 〓  
☎(56) 9153

## 臨時福祉給付金の申請はお済みですか？

臨時福祉給付金の申請期限が近づいてまいりました。申請期限を過ぎますと給付金を受けとることができませんので、ご注意ください。

給付金の対象者となる可能性のある方には、申請書をお送りしています。年度途中で税の申告をし、非課税になつた方は福祉課へお問い合わせください。

### 《臨時福祉給付金について》

消費税増税に伴い、所得の少ない方へ支給する給付金です。

- ▼ 申請期間 〓 12月26日(金)まで

▼ 対象者 〓 平成26年度住民税非課税の方。(生活保護受給者、住民税課税者の扶養になつてゐる方は除く)

- ▼ 問い合わせ先 〓  
福祉課 福祉人権係  
☎(56) 9128

「免疫力を高めよう」「笑う」と脳が活性化され、身体の免疫力もアップします。笑顔で過ごしましょう。