

国民年金

新成人のみなさんへ 20歳になったら国民年金

国民年金は、老後やいざというときの生活を、現役世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。

具体的には、若いときに公的年金に加入し保険料を納め続けることで、老後や病気・ケガで障害が残ったとき、家族の働き手が亡くなったときに、年金を受け取ることができる制度です。

●将来の大きな支えになります

国民年金は20歳から60歳までの人が加入し、保険料を納める制度です。

国が責任をもって運営するため安定していて、年金の給付は生涯にわたって保証されます。

●老後のためだけのものではありません

〈障害基礎年金〉

病気や事故等で重い障害が残ったときに受け取ることができ、年金です。

受け取るためには、納付の要件

や障害の程度について年金機構の審査があります。

〈遺族基礎年金〉

加入者が亡くなった場合、その人により生計を維持されていた遺族（18歳未満の子のある妻）「18歳未満の子」が受け取ることもできる年金です。受け取るためには、納付月等の要件があります。

●保険料の納付が困難な場合は

「学生納付特例制度」「若年者納付猶予制度」がありますので、ご相談ください。

▼問い合わせ先

●保険課 高齢者年金係

☎(56) 91129

●宇都宮西年金事務所

☎028(622)4222



「町長と語る会」参加者募集

広聴事業の一環として開催される「町長と語る会」の参加者を募集します。

なお、応募者には、後日通知いたします。

▼開催日時

- ① 2月23日(日)午前10時
- ② 2月23日(日)午後1時30分
- ③ 2月24日(月)午後2時
- ④ 2月24日(月)午後6時

▼申込期限

1月31日(金)

企画課 情報広報係

☎(56) 91117

▼場所

上三川いきいきプラザ
2階大会議室

▼応募条件

町内に在住、通勤、通学している20歳以上で①子育てに関心のある方②健康づくりに関心のある方③福祉に関心のある方④産業の振興に関心のある方

▼申込方法

「町長と語る会参加申込書」に必要事項を記入の上、問い合わせ先まで持参、郵送、FAX又はeメールで提出してください。申込書は、企画課窓口に備え付けるほか、町ホームページからもダウンロードできます。



国民健康保険

**医療費適正化のため、正しい受診にご協力をお願いします！
～整骨院・接骨院で柔道整復師の施術を受けるとき～**

整骨院や接骨院は国家資格を持つ柔道整復師が施術する施設です。
負傷原因や症状等によって国民健康保険が使える場合と使えない場合があります。

○国民健康保険が使える場合

- ・外傷性のねんざ、打撲、肉離れなど
- ・骨折、脱臼(応急手当を除き、医師の同意が必要)

○国民健康保険が使えない場合

- ・単なる疲れや肩こり、筋肉痛
- ・内科的疾患による痛みやこり
- ・仕事中や通勤途中に起きた負傷(労災保険から給付になります)

～施術を受けるときの注意～

○負傷原因を正確に伝えてください。

外傷性の負傷でない場合は国民健康保険は使えません。何が原因で負傷したのかを正しく伝えましょう。

○医療機関との重複受診はできません。

同一部位の負傷について、同時期に柔道整復師による施術と医療機関での治療を重複して受けることはできません。その場合、原則的に柔道整復師の施術料は全額自己負担となります。

○療養費支給申請書は必ず自分で署名しましょう。

療養費支給申請書は、患者さんが柔道整復師に国保の医療費の請求を委任するものです。申請書の内容を確認し、必ず自分で署名をするようにしましょう。(ケガなどが原因でやむを得ず代筆してもらった場合は捺印も必要です。)

○施術が長期にわたる場合、医師の診断を受けてください。

長期間施術を受けても痛みが続く場合には、負傷が原因でなく内科的要因も考えられますので、医師の診断を受けてください。



▶問い合わせ先＝保険課 国保係 ☎(56) 9134

**在宅介護支援センターによる
介護予防教室(1月～2月)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
1月21日(火)	午前10時～正午	健康教室	坂上コミセン	ふじやまの里 ☎(55)0962
1月31日(金)		音楽療法	中央公民館	
2月 4日(火)		お菓子作り	きらきら館	友愛苑 ☎(56)8885
1月24日(金)	午前9時30分～ 午後0時30分	エプロン教室	石田コミセン	トータスホーム ☎(52)2220
1月30日(木)		栄養士による講話と調理実習 費用100円	上三川 いきいきプラザ	ふじやまの里 ☎(55)0962

▶問い合わせ先＝健康課 成人健康係 ☎(56) 9133