



## 高齢者インフルエンザ予防接種 のお知らせ!!

インフルエンザの予防接種が始まっています

これから寒くなり、インフルエンザが流行する季節になります。インフルエンザを予防するには予防接種を受けることがとても有効な手段です。予防接種を受けて抵抗力（抗体）がつくまで2週間程度かかります。インフルエンザが流行するのは12月下旬から3月下旬といわれていますので、予防接種は12月中旬までには済ませましょう。



- **接種期間** 平成23年10月から平成24年3月31日まで（できる限り12月中旬までに受けてください）
- **接種料金** ①65歳以上及び60歳以上65歳未満で身体障害者手帳1級程度の障がいを持つ人=1,000円②一般の人=全額自己負担 ※料金は病院によって異なります  
③上記①に該当する人で生活保護世帯（診療依頼書が必要）の人は接種料金が無料になります。
- **接種できる医療機関** ほとんどの医療機関（内科等）で接種できます。できるだけかかりつけの医療機関で予約をして予防接種を受けてください。ただし、指定医療機関に指定されていない病院では、接種することができませんのでご注意ください

### 保健師からの健康ワンポイント

風邪をひかないためには、もともと体がもっている免疫力を高める必要があります。①血の巡り（血行）の改善②体を動かす③体を温める④体を冷やさない⑤栄養補給⑥食べる⑦水分補給⑧ウイルス対策（手洗い・うがい）等を取り入れ、普段どおりの生活を心がけましょう。また、インフルエンザの予防接種を受けることも、ある程度の効果が見込まれます。



## 乳幼児健診・相談

11月の乳幼児健診は次のとおりです。該当者には事前に通知をしています。ご確認ください。



- **とき** 健診の内容によって異なりますので詳細は通知（案内）書をご確認ください
- **ところ** 総合福祉センター保健棟
- **内容** 身体測定・問診・小児科医診察・育児相談・栄養相談など

健診内容	期 日	生年月日
4か月健診	11月17日（木）	平成23年6月21日から 平成23年7月20日生まれ
7か月健診	11月24日（木）	平成23年4月1日から 平成23年4月28日生まれ
12か月健診		平成22年11月1日から 平成22年11月30日生まれ
1歳半健診	11月10日（木）	平成22年4月7日から 平成22年5月10日生まれ
3歳児健診		平成20年10月7日から 平成20年11月10日生まれ
乳幼児相談 <small>（身体測定・育児・栄養相談）</small>	11月16日（水）	平成23年9月27日から 平成23年10月17日生まれ

※乳幼児相談は、どなたでもお気軽にお越しください。（申込不要）

## 予防接種



### ■BCG予防接種

- ▷4か月健診のときに一緒に行います
- ▷接種期間 生後6か月未満
- ▷ところ 総合福祉センター保健棟

期 日	時 間
11月17日（木）	午後1時30分から2時まで
12月8日（木）	

### ■ポリオ予防接種

- ▷ポリオの予防接種は2回受けてください
- ▷対象者 生後3か月から90か月未満
- ▷ところ 総合福祉センター保健棟

期 日	時 間
11月30日（水）	午後1時30分から2時まで

## 母子健康手帳の交付

妊娠がわかったら、早めに母子健康手帳の交付を受けましょう。妊娠中の生活や制度などについて保健師が説明します。



- **とき** 11月2日、9日、16日、30日の午前10時から11時30分まで①必ず妊婦さん本人がお越しください②原則、毎週水曜日が交付ですが、都合がつかない場合は 相談に応じます
- **ところ** 総合福祉センター保健棟 ● **必要なもの** 妊娠届出書（ある人のみ）

## Support

国民年金からの  
お知らせです。

**国民年金の  
そこが知りたい**

役場保険年金班 ☎42局2111番

## 年末調整や確定申告には 「社会保険料（国民年金保 険料）控除証明書」を

国民年金保険料は  
社会保険料控除の対象

国民年金保険料は、納  
付した全額が所得税・市  
町村民税の社会保険料控  
除の対象となります。

国民年金保険料を社会  
保険料控除として申告す  
る場合は、毎年1月1日  
から12月31日までの間に  
納付（納付見込みを含む）  
した国民年金保険料の額

を証明する書類の添付等  
が必要です。

毎年11月上旬頃に送付

このため、生命保険会  
社等が発行する控除証明  
書と同様に、1年間に納  
付した国民年金保険料の  
額を証明する「社会保険  
料（国民年金保険料）控  
除証明書」（ハガキ）が  
日本年金機構から11月上

旬までに送付されます。

証明内容は、本年1月  
から9月30日までの間に  
納付された国民年金保険  
料額と、年内に納付が見  
込まれる場合の納付見込  
み額です。

1月下旬に

送付される場合

今年をはじめ国民年金  
に加入した場合など、10  
月1日から12月31日ま  
での間に初めて保険料を納  
付する人については、翌  
年1月下旬に同様の証明  
書が送付されます。

国民年金保険料は世帯  
で連帯して納付

国民年金保険料は、被  
保険者本人だけではなく、  
その世帯の世帯主及  
び配偶者も連帯して納付  
する義務があります。ご  
家族の国民年金保険料を  
納付した場合は、その納  
付額の全額が納付した人  
の所得税等の控除対象と  
なりますので、年末調整  
等の手続きの際にご自身  
の社会保険料の額と合算  
して申告してください。

この場合、ご家族分の「社

会保険料（国民年金保険  
料）控除証明書」も、申  
告する人の申告書に添付  
等する必要があります。

お問い合わせは、お  
近くの年金事務所（全  
国312カ所）、または  
「控除証明書専用ダイヤ  
ル」（0570・070・  
117）のご利用をお願  
いします。

\* 日本年金機構ホ  
ムページ <http://www.nenkin.go.jp/>

## 扶養親族等申告書の 提出をお忘れなく

老齢年金等（老齢また  
は退職を支給事由とする  
年金）には、所得税法上、  
「雑所得」として所得税  
がかかります（障害年金  
や遺族年金には税金はか  
かりません）。所得税は  
受け取る年金から源泉徴  
収されますが、源泉徴収  
の対象となるのは年金額  
が百五十八万円以上の人  
のみです（65歳未満の人  
は百八万円以上）。

所得税には、納税者  
の税を負担する能力に応  
じた課税を行うために  
各種の控除が設けられて  
います。公的年金等に係  
る源泉徴収の際はこの控  
除を受けるためには、あ  
らかじめ「公的年金等の  
受給者の扶養親族等申告  
書（ハガキ）」（以下、「扶  
養親族等申告書」とい  
います）を日本年金機構に  
提出しなければなりません。

ん。

この扶養親族等申告書  
は、毎年11月上旬までに  
日本年金機構から対象と  
なる年金受給者の人に送  
付されます。必要事項を  
記入の上、12月1日まで  
に日本年金機構にお忘れ  
なく提出してください。

また、扶養親族等申告  
書が届かない場合や、な  
くしてしまつた場合な  
どには、日本年金機構の  
ホームページをご覧いた  
だくか（申告書をダウン  
ロードすることができま

す）、お近くの年金事務  
所、または「ねんきん  
ダイヤル」（0570・  
05・1165（市内通  
話料金のみ））にお問い  
合わせください。

扶養親族等申告書は、  
所得税の控除を受けるた  
めの大切な届書です。申  
告書が提出されないとし  
て扱われてしまいますの  
で、忘れずに提出して  
ください。

