



男性の料理教室



みんなで楽しく料理をしましょう。身近な材料で作れる簡単、おいしいメニューです。今回は土曜日に実施しますので、平日は働いて参加できなかった人もぜひご参加ください。

- とき 1月19日(土) 午前10時から
- 対象者 男性
- 場所 総合福祉センター保健棟
- 参加費 300円(材料費)
- 持ってくるもの エプロン
- 申し込み期限 1月11日(金)まで

総合健診のお知らせ

平成24年度の総合健診の申し込みを受け付けています。健(検)診は身体の状態をチェックできるよい機会です。

※平成24年度の総合健診は平成24年4月から平成25年3月までの期間となっています。4月から12月の間に受診していない人は、この機会にぜひお申し込みください。

期 日	場 所	受付時間など
1月27日(日)	総合福祉センター	午前8時30分から 10時30分まで
1月28日(月)		※結果説明会は 後日行います

- 申し込み方法 直接、総合福祉センターまでご連絡をお願いします。
- 健(検)診内容 各種がん検診(胃がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん・子宮がん・乳がん・肝炎ウイルス)、結核検診、基本健診、特定健診
- 申し込み・問い合わせ 総合福祉センターまで



乳幼児健診・相談

1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	1月17日(木)	平成24年 8月21日から 平成24年 9月19日生まれ
7か月健診	1月24日(木)	平成24年 5月25日から 平成24年 6月28日生まれ
12か月健診		平成24年 1月1日から 平成24年 1月31日生まれ
1歳半健診	1月10日(木)	平成23年 6月7日から 平成23年 7月10日生まれ
3歳児健診		平成21年12月7日から 平成22年 1月10日生まれ
乳幼児相談 (身体測定・育児・栄養相談)	1月23日(水)	平成24年11月27日から 平成24年12月24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
- ▽場 所 総合福祉センター保健棟

期 日	時 間
1月17日(木)	午後1時30分から2時まで
2月14日(木)	

■ポリオ予防接種



ポリオ予防接種は、9月より不活化ポリオワクチンとなり、かかりつけの医療機関で個別の接種となっています。接種についてのご相談はかかりつけの医療機関にご相談いただくか、総合福祉センターまでお問い合わせください。



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 1月9日、16日、23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、毎週水曜日の交付ですが、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)

年金の

そこが知りたい

役場保険年金班 ☎42局2111番

国民年金からのお知らせです



年金の請求を忘れていませんか？

年金の請求手続



老齢基礎年金は、25年の受給資格期間を満たした人が、65歳になると支給されます。

しかし、老齢基礎年金などの公的年金は、支給される条件がそろえば自動的に支給されるものではありません。本人が、必要な書

類を提出して、それが認められて、はじめて支給されることになります。年金の請求を行えるにもかかわらず、年金を受け取れないと誤解され、年金の請求もれが生じている場合があります。

資格期間を満たしたことになります。そのほか、生まれた年などにより25年未満でも年金を受け取れる場合があります。

①会社員（厚生年金等の加入者）の配偶者であった期間のうち昭和61年3月までの間で国民年金に任意加入していた期間

●加入期間が25年未満の人
年金の加入期間は、保険料を納めた期間と免除期間の合計です。この加入期間が25年未満でも、「カラ期間」と合わせて25年以上あれば老齢基礎年金の受給

※カラ期間とは
年金の額には反映されませんが、25年の受給資格期間には含まれる期間のことです。主なカラ期間は、国民年金に任意加入できた人が加入しなかった期間など、次の3つの期間とされています。

②日本国籍を有し、海外に在住していた期間（任意加入できなかった昭和61年3月以前の期間を含めます）

③学生であった期間のうち平成3年3月までの間で国民年金に任意加入していなかった期間
※カラ期間を合わせて

も25年に満たない人は60歳から70歳になるまでの間に、国民年金に任意加入することもできます。この場合の保険料の額は、一般の第一号被保険者と同様、平成24年度は月額一万四千九百八十円となっています。ただし、任意加入者には免除制度がありませんので、ご注意ください。

にご相談ください。

●年金の受給開始を66歳以降に繰り下げている人
65歳時に年金の受け取り開始時期の繰り下げを希望されていても、その後請求手続を行わなければ、年金は受け取れません。請求が70歳を過ぎると不利益が生じるのでご注意ください。

を満たしている人は、65歳から「老齢厚生年金」と「老齢基礎年金」の2種類の年金を受け取ることが出来ます。どちらか一方だけを受け取っている人は受け取っていない年金についても請求をしてください。

前に請求しても年金額が減らされることはありません。速やかに請求してください。

●特別支給の老齢厚生年金が受け取れる人
厚生年金の加入期間が1年以上あるなどの要件を満たしている人に支払われる「特別支給の老齢厚生年金」については65歳になる

●60歳以上で会社にお勤めの人
60歳以上で会社に勤めている間の老齢厚生年金は、給与の額などに応じて支払額の調整が行われることがあります。全額停止となる場合を除き、年金の全部または一部を受け取れます。在職中の人も、受給資格を満たしている場合

は、年金の請求を行ってください。退職してから年金の請求手続を行うと、在職中に支給されたはずの年金を受け取ることができなくなる場合があります。

これらの事例に心当たりのある場合は年金ダイヤル（0570）05局1165番（IP電話・PHSからは（03）6700局1165番）または直方年金事務所22局0891番までお早めに相談ください。

任意加入については、年金事務所または役場保険健康課保険年金班

●厚生年金の加入期間のある65歳以上の人
厚生年金の加入期間があり、年金を受け取る資格

を満たしている人

が受け取れる人

が受け取れる人