

4月から年金制度が改正されます

将来にわたって安心・安定した制度であるために4月から、国民年金保険料の引き上げや口座振替引の拡充など、年金制度が一部改正されます。

●国民年金保険料が引き上げ

平成17年度の国民年金保険料は月額13,580円です。

ください。

なお、すでに口座振替で前納されている方は、届出の必要はありません。

●国民年金保険料の口座振替引が拡充

①平成17年度分の保険料を一括して前納すると、現金払いでは2,890円、口座振替では3,420円の割引となり、口座振替にすると割引額が増えます。口座振替での前納は、早めに金融機関または社会保険事務所へお申し込み

現在、毎月の口座振替で納付されている方も、改めて申し込みが必要となります。



各種表彰

不法投棄監視業務に尽力

1月21日に青葉の森公園芸術文化ホールで、第42回千葉県環境衛生大会クリンウエイスト千葉2005が開催されました。

消防防災業務で功労

消防職員および消防団員の士気高揚を図り、消防防災体制の確立を目的に2月22日、青葉の森公園芸術文化ホールで第56回千葉県消防大会が行われました。

日本消防協会会長表彰

第2分団長 金坂利雄氏 (みずほ台)

精進章

千葉県消防協会会長表彰

功績章

第4分団長 中野修氏 (四天木)

●特別障害給付金制度が始まります

この制度は、国民年金制度の発展過程で生じた特別な事情を考え、障害基礎年金を受給していない障害者に対し、福祉的措置として給付金を支給する制度です。

対象者は、①平成3年3月以前の国民年金任意加入対象者であった学生、②昭和61年3月以前の国民年金任意加入対象者であった厚生年金保険等に加入していた方の配偶者で、任意加入していなかった期間中に生じた傷病が、現在、障害基礎年金の1・2級相当の障害の状態にある方です。

【支給額】

1級 月額 5万円
2級 月額 4万円

●第3号被保険者の届出もれ

現在、第3号被保険者の届出は2年以内なら、さかのぼって納付期間とすることができ

きますが、2年以上遅れた期間は保険料未納期間と同じ扱いになります。

しかし、4月から始まる特別届出では、2年以上前の第3号被保険者の期間についても納付期間とすることができ

●若年者納付猶予制度が導入

20歳代の方で、本人(配偶者を含む)の所得が一定額以下の場合には、申請により月々の保険料納付が猶予されます。 ※これまでは本人の所得が低くても、所得が一定額以上あ

犬・猫の引き取り指定場所が変更になります

現在、県と市町村の施設で犬・猫の引き取りを行っていますが、4月より市町村の施設は廃止され、県の施設のみとなります。

◇引き取り指定場所

指定場所 千葉県動物愛護センター、山武保健所

山武保健所の受付時間 毎週(水)13時40分～14時10分

※犬・猫との出合いの場 第2(水)13時20分～14時

受付は施設ごとに決められていますので、指定された場所・曜日・時間を厳守してください。

飼い主の責任として、輸送車に乗せるまで立ち会いをお願いいたします。

◇犬・猫の引き取りを減らすためには

・望まれない子犬・子猫が産まれないように不妊・去勢手術を実施しましょう。
・猫は、繁殖、事故、トラップ等の防止のために室内で飼うよう努めましょう。

る親などの世帯主と同居している場合、保険料の免除の対象になりませんでした

猶予制度の対象となる年収の目安

世帯構成	平成17年度の基準
4人世帯 (夫婦・子2人)	258万円
2人世帯 (夫婦のみ)	157万円
単身世帯	122万円

千葉社会保険事務所

043(242)8770
保険年金課国民年金係
(70)0337

火は消した? いともかまいてみて

～3月1日から7日は春季全国火災予防運動～

火災が発生しやすいこの時期、一人ひとりが火災の予防を心掛けることが大切です。この運動を機会にもう一度、身の回りを確認し、火の始末を徹底しましょう。

総務課消防防災係 ☎(70)0303



消火器の確認を

千葉県動物愛護センター
0476(93)5711
山武保健所(山武健康福祉センター) ☎(54)0611

歯科衛生士 だより



良い歯と健康な歯肉で

「大人になったとき、後悔しないために…小学生の歯をムシ歯から守ろう！」

本町小学生のムシ歯は、年々減少傾向にあります。(グラフ1)

しかし、それとは裏腹に、新しく仲間入りした大人の歯をベタベタに汚している子どもが多く、残念に思います。(グラフ2)

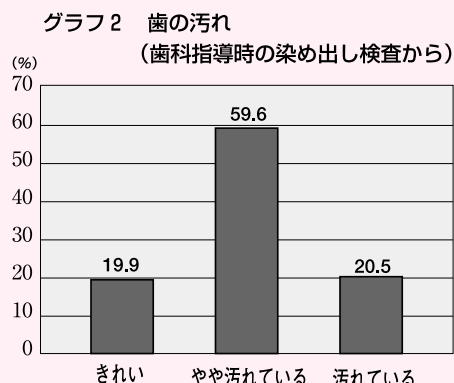
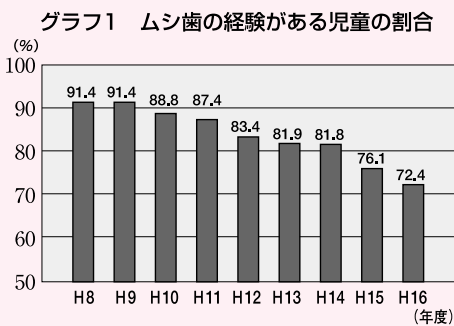
生えたての歯は、歯質が未熟なため、最もムシ歯になりやすくなっています。

また、小学生の口の中は歯の生え変わりで歯並びもでこぼこ。最も歯磨きテクニックが必要なこの時期に、子どもの歯磨きの腕はというと…? まだまだ半人前。これでは、いつムシ歯になってもおかしくありませんね。

小学生は、8020運動(80歳になっても自分の歯を20本以上残そう)のスタート地点です。一生使う大人の歯をムシ歯や歯周病にしないためには、スタートが大事。大人になったとき、真っ白な健康な歯で思いきり笑えるよう、今のこの時期を全力で守ってあげましょう。

まずは、食後の歯磨きや仕上げ磨きなど、できることから始めてみませんか。

歯磨きを面倒くさがっているあなた、数十年後泣いて後悔するのは、あなたの子供と、そして…あなた自身です。



健康福祉課健康指導係 ☎(72)8321

栄養士だより 36



生活習慣病予防②

～心臓病の予防…ビジネスマンに危険信号!?～

近年増加傾向にある狭心症・心筋梗塞などは、血管に動脈硬化がおこり、血液の流れが悪くなるのが影響しています。

また、仕事に追われているビジネスマンの方が注意したい生活習慣病の一つが心臓病です。よい食生活で動脈硬化を防ぎましょう。

◆こんな人はご注意を…
高脂血症、喫煙習慣、高血圧、糖尿病、肥満、運動不足、過度のストレスなどのある人

◆自覚症状
胸痛、不整脈、呼吸困難になるなど

◆食生活のポイント

- ①塩分を控えて、うす味にする
- ②コレステロール値を正常に保つ
- ③脂っこいものに偏らない
- ④腹八分目を守る
- ⑤野菜・海藻・キノコなどを十分とる
- ⑥規則正しい生活を
- ⑦お酒は適量を守って飲む

1日のアルコールの

- 適量は…
- ・ビール 500cc
- ・焼酎(25度) 100cc
- ・清酒 1合
- ・ワイン 200cc
- ・ウイスキー、ブランデー 60cc

健康福祉課健康指導係 ☎(72)8321