

高齢者見守りネットワーク協定締結

7月28日、高齢者の見守りネットワーク事業の協定を、セブン-イレブン・ジャパンと締結しました。

この見守り活動は、高齢化、核家族化が進み、一人暮らしや高齢者のみの世帯が増加する中、高齢者が孤立化せず、住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、市内のセブン-イレブンの店舗内や各店舗が展開している宅配サービス時に、高齢者の異変を発見した際、いち早く市へ連絡するというもの。

協定締結後、金坂市長は「本市でも一人暮らしや高齢者世帯が年々増加してい

る。この活動が高齢者に安心を与えるとともに、緊急時の早期対応につながることに期待を寄せている」とあいさつしました。



大網白里市・九十九里町とセブン-イレブン・ジャパンとの「高齢者見守りネットワーク」に関する協定締結式

国民健康保険被保険者証 後期高齢者医療被保険者証 なくした、汚した、破れたときは

国民健康保険被保険者証、または後期高齢者医療被保険者証をなくしたり、汚してしまったり、破れたりして使えなくなった場合は、再交付が可能です。

手続きは、市役所市民課または白里出張所の窓口で、再交付申請書を記入してください。

なお、後期高齢者医療被保険者証の再交付を白里出張所で申請した場合は、後日のお渡しになります。市役所市民課で申請の場合は、その場でお渡しになります。

本人確認できるもの（運転

免許証、パスポート、住基カード等）

- ・印かん（朱肉を使うもの）
- ・汚損した場合はその保険証
- ・同一世帯以外の方が申請する場合は委任状

※保険証は1人1枚のカード型になっていきます。紛失される方が多いので、管理には十分ご注意ください。

申・市民課国保年金班

☎(70)0334

問（後期高齢者医療制度に関する）

千葉県後期高齢者医療広域

連合資格保険料課

☎043(308)6768

コース名	実施日	曜日・時間	募集人数	会場
10月コース	10/1・8・15・22・29	水曜日 14時～16時	20人	大網白里 アリーナ
	11/5・12・19・26			
	12/3・10・17			
12月コース	12/3・10・17	水曜日 9時30分～ 11時30分	15人	農村環境 改善センター いずみの里
	1/7・14・21・28			
	2/4・18・25			
	3/4・11			
はじめて コース	11/6・13・20・27	木曜日 14時～16時	10人	農村ふれあい センター やまべの郷
	12/4・11・18・25			
	1/8・15・22・29			

いきいき運動クラブ参加者募集

今の健康を保ち、若々しい体作りのための運動をしませ。どこでも、誰にでも簡単にできる運動を紹介します。運動開始前には、健康チェック。

くみ置き水のすすめ ~9月1日は「防災の日」~



人間が生きていくためには、1人1日3ℓの水が必要といわれています。ご家庭で簡単にできる飲料水の備蓄方法として「くみ置き水」があります。

「くみ置き水」は、密閉できる容器に口元いっぱいまで水を入れ、陽の当たらない涼しい所に保管してください。水道水には消毒のための塩素が含まれていますが、保管条件によって、1～2日程度でなくなってしまいますので、2日に一度くらいで入れ替え、残った水は生活用水などにご利用を

山武郡市広域水道企業団では、災害によるお客様への影響を最小限にとどめるため、配水管や配水場などの主要施設の耐震化や緊急時の復旧体制を関係機関と協定を締結し、災害に備えています。 山武郡市広域水道企業団 ☎(55)7851 URL http://www.water-sansui-ki.jp/

地域包括支援センター ☎(70)0439

援班 ☎(70)0332

申・問高齢者支援課高齢者支

段の無い方は相談ください

月コース・はじめてコースは

飲み物・汗拭きタオル、運動

参加費無料

内容：自宅でも簡単に楽し

※介護保険の認定を受けてい

高齢者の相談窓口 地域包括支援センターだより ~在宅介護支援センターの活動から~

在宅介護支援センターでは、ひとり暮らしの高齢者の方を訪問し、利用できるサービスを紹介しています。ひとり暮らしの方や高齢者のみの世帯の方が利用できるサービスは次の2つです。

緊急通報装置のレンタル 緊急事態が発生したときに非常ボタンを押すだけで受信センターにつながります。受信センターでは、必要に応じてあらかじめ登録された親族や協力員への連絡や救急車の出動要請等を行います。定期的に受信センターからの連絡も入り健康状態の確認や試し押しの練習もあります。

利用料は住民税課税世帯の方で月300円、その他の方は無料です。緊急時の不安解消のために利用を希望される方はご相談ください。

軽度生活援助員の派遣 軽度生活援助員(ヘルパー)が自宅に伺い、部屋やトイレ・風呂場等の掃除や、買い物の代行等を行います。65歳以上の介護保険対象外の方で、ひとり暮らし・高齢者世帯の方が対象です。

利用は週に1回1時間、月に4回利用でき、料金は1回200円です。「腰が痛くてお風呂等の掃除が大変」、「買い物が増えて重い物を買っても持てない」等でお困りの方が利用しています。

在宅介護支援センターでは自宅へ出向き、相談・申請の代行等を行っています。お気軽にご連絡ください。

9月の出張相談 ▶日時=5日(金)13時30分～15時 ▶会場=老人福祉センター「コスモス荘」 ※訪問することもできますのでお気軽にご相談ください

◎高齢者の相談窓口として各種相談を受け付けています

問地域包括支援センター ☎(70)0439 FAX(70)1093 在宅介護支援センターおおあみ緑の里 ☎(73)5146 在宅介護支援センター杜の街 ☎(70)1666

ねんきんナビ 老齢基礎年金額を増やしませんか -任意加入制度-

国民年金の老齢基礎年金額は、満額772,800円(平成26年度)となっています。これは、20歳から60歳までの40年間(480月)の国民年金保険料を完納していることが必要となります。

昭和61年3月以前のサラリーマン世帯の専業主婦や平成3年3月以前の学生の方は、国民年金への加入が本人の意思で決められていました。国民年金に加入していなかった期間や、やむを得ない事情により保険料を納められなかった期間は、それに応じて年金額も少なくなります。

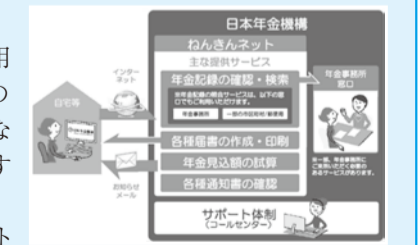
そのため、本人の申し出により60歳から65歳未満の5年間、保険料を納めることで65歳から受け取れる老齢基礎年金額を増やすことができる「任意加

入制度」があります。 ▶対象=①～③の条件をすべて満たす方 ①国内に住所を有する60歳から65歳未満の方 ②老齢基礎年金の繰り上げ支給を受けていない方 ③20歳から60歳までの保険料の納付月数が480月未満の方 ▶保険料=月額15,250円(平成26年度) ※納付方法は、原則口座振替となります ▶手続方法は年金手帳、口座振替を希望する金融機関の通帳・届出印、本人確認できるものを持参のうえ、市民課で手続きしてください。

◆ねんきんネットを活用しませんか◆

ねんきんネットは、インターネットを活用して年金加入記録の照会、年金見込額の試算、持ち主の分からない記録の検索など年金に関する便利なサービスを利用することができます。

3月31日から届出書の作成やスマートフォンにも対応しています。ぜひ、ご利用ください。 ※インターネット環境が整備されていない方は、市役所または年金事務所での本人確認のうえ、年金加入記録をお渡しできます URL http://www.nenkin.go.jp/n/www/n_net/



申・問千葉年金事務所 ☎043(242)6320 市民課国保年金班 ☎(70)0334