

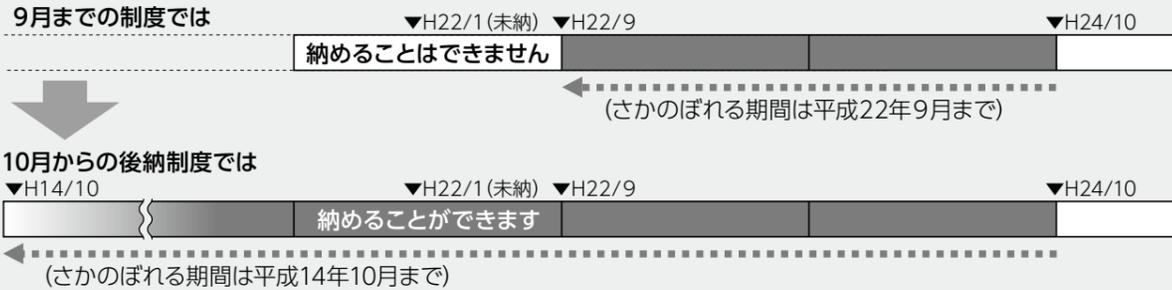
## 10月からスタート 国民年金保険料後納制度

岡津山年金事務所(田町) ☎31-2360、保険年金課(市役所1階6番窓口) ☎32-2072

今まで、国民年金保険料に納め忘れがある人が納め忘れた保険料を納めようとする場合、さかのぼれる期間は過去2年間でした。

今回、後納制度として、平成24年10月から平成27年9月までの間、さかのぼれる期間が過去10年間に延長されます。なお、この制度を利用するには津山年金事務所への申し込みが必要です。

### 例：平成24年10月時点、平成22年1月分の保険料が納め忘れ(未納)がある場合



### 納め忘れた保険料を納めることのメリット

- ・満額(40年)に満たない人が、将来受け取る年金額を増やせる
- ・保険料の納付期間が年金の受給資格期間(原則25年)に満たない人が、資格期間を満たす場合がある

納付する保険料には、加算金が掛かる場合があります。また、既に年金を受給しているなど、条件によって、後納制度が利用できない場合もあります。

詳しくは、津山年金事務所または「国民年金保険料専用ダイヤル」にお問い合わせください。

国民年金保険料専用ダイヤル ☎0570-011-050

## 始めています 子どものショートステイ

岡子ども子育て相談室(津山すこやか・子どもセンター) ☎32-7027

### 注意

施設の空きスペースを活用したサービスなので、利用できない場合もあります

- 利用できるのは、どんな時なの？**  
保護者の疾病や出産、看護、事故、災害、冠婚葬祭、失そう、転勤、出張、または、学校などの公的行事への参加や育児疲れの時など
- どんな人が利用できるの？**  
市内に在住している人(市内に住民票を有すること)
- 何歳までの子どもを預けられるの？**  
18歳未満の子どもです
- どれくらいの期間、預けられるの？**  
7日以内です
- 利用できる施設はどこなの？**  
児童養護施設 わかば園(二宮)  
児童養護施設 立正青葉学園(西寺町)  
児童養護施設 津山二葉園(林田)
- 利用料はいくらなの？**  
2歳未満 1日当たり、5350円  
2歳以上 1日当たり、2750円
- ※施設利用中の医療費や施設行事などに参加する費用など別途実費が必要な場合あり
- ※課税状況により利用料金の軽減制度あり
- 申し込みはどうすればいいの？**  
印鑑と子どもの健康保険証を持参の上、直接、子ども子育て相談室に申し込んでください



### 有効期限が異なる人の一覧表

条件	有効期限
平成24年10月2日～平成25年9月30日に75歳になる人	75歳の誕生日の前日(75歳以降は後期高齢者医療制度に加入)
退職者国保であり、平成24年10月2日～平成25年9月1日に65歳になる人とその家族	65歳の誕生日の月の末日(誕生日が1日の場合は前月の末日)
国民健康保険短期被保険者証の該当になる世帯	平成25年3月31日(日)

現在、お持ちの保険証の有効期限は平成24年9月30日(日)です。10月から使える新しい保険証を9月下旬に郵送します。記載内容をご確認ください。

新しい保険証の有効期限は平成25年9月30日(日)ですが、年齢や加入している保険制度によっては有効期限が異なります。左の表で確認してください。

## 9月は国民健康保険(国保)証の更新月です

岡保険年金課(市役所1階7番窓口) ☎32-2071、または各支所市民生活課

### こくほQ&A

**Q** 先月、就職して会社から社会保険の保険証をもらいます。しかし、先日、国保の保険証が届きました。なぜでしょうか？

**A** 健康保険の切り替えは自分で届出を行う必要があります。国保の窓口で切り替えの手続きを行ってください。

- ① 新しくできた保険証
- ② 国保の保険証
- ③ 世帯主の印鑑(認印可)



(保険証の裏面)

保険証の裏面は臓器提供の意思表示ができるようになっています。

### 臓器移植に関するお問い合わせ先

社団法人日本臓器移植ネットワーク ☎0120-78-1069(携帯電話からは☎03-3502-2071)ホームページ <http://www.jotnw.or.jp>

## 「存じですか? 医療費節約のポイント①

岡保険年金課(市役所1階7番窓口) ☎32-2071、または各支所市民生活課

医療費の大半は、皆さんが納める保険料で賄われています。高齢化や先進医療の普及に伴い、医療費は年々増加しています。このまま医療費が増え続けると国民健康保険の財源が不足し、みなさんの保険料の負担額がますます大きくなってしまいます。皆さんのちょっとした取り組みで医療費を節約することができます。

- 重複受診はやめましょう**  
同じ病気でいくつもの病院にかかる重複受診や、症状が改善しないからといって、お医者さんを次々と替えて受診することは、同じ診察や検査などの繰り返しになり、医療費の無駄遣いになります。
- また、違う病院で処方された複数の薬を同時に服用すると、副作用が出る場合もあります。

- 時間外・休日診察はなるべく避けましょう**  
診療時間外の受診は割増料金が掛かります。急病など、やむを得ない場合を除いて診療時間内に受診しましょう。

- かかりつけ医をもちましょう**  
かかりつけ医(ホームドクター)とは、自分や家族の病歴などを把握している医師のことです。気軽に相談でき、信頼できる医師が身近にいれば、安心して診察を受けられます。

