

## 社会保険料(国民年金保険料)控除証明書が届きます。 年末調整・確定申告まで大切に保管を!

11月上旬に、今年1月1日から9月30日までの間に納付された金額の証明書(控除証明書)が日本年金機構より郵送されます。年末調整や確定申告をされる時に、国民年金保険料の支払額を社会保険料控除とするためには、この「**控除証明書**」が必要ですので、申告の時期まで大切に保管しておいてください。

11月に送られる「控除証明書」には、9月30日までの「納付済額」と、12月31日までの「見込額」が記載されていますので、ご確認ください。(来年3月分までの保険料を前納されている場合や、既に厚生年金に加入されている場合などは、見込額の記載はありません。)

! 控除証明書に記載された金額(見込額を含む)を超えて納付された場合は、その**領収書**の添付も必要です。領収書は大切に保管しておいてください。

※10月1日以前には保険料の支払がなく、それ以降に納付されている方には、**来年2月上旬**に控除証明書が届きます。

「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」に関するお問い合わせは

**0570-070-117** (控除証明書専用ダイヤル)  
IP・PHS電話の方は**03-6700-1130**へ

平日……8:30~17:15  
月曜日 (休日のときは翌日)は19:00まで  
第2土……9:30~16:00

\*平成25年11月1日(金)~平成26年3月14日(金)の期間中のみ開設(祝日と年末年始はありません)

## 一年金受給者の方へ— 「扶養親族等申告書」は今月中にお出しください

課税対象となる年金を受給されている方には、今月上旬に日本年金機構から、平成26年分の「扶養親族等申告書」が送られてきます。この提出を忘れると、年金から引かれる所得税の額が多くなる場合がありますので、出し忘れのないようお願いいたします。

- ※ 年金以外の収入や他の公的年金収入のある方は、確定申告が必要です。
- ※ 扶養親族等申告書が送られるのは、次の場合です。  
65歳未満の方…年金額が108万円以上  
65歳以上の方…年金額が158万円以上
- ※ 遺族年金・障害年金は非課税ですので、「扶養親族等申告書」の送付はありません。

### 天王寺年金事務所 06-6772-7531(代)

平日 8:30~17:15 月曜は19:00まで  
第2土曜 9:30~16:00

- ※電話は自動音声案内になっています。
- ※電話は混み合っています。かかりにくいときは何度かおかけ直し願います。

### 【年金相談】

場所:市役所本館1階(4番窓口)  
開催日:11月25日(月)  
時間:10:00~12:00、13:00~16:00  
その他:予約不要。年金手帳・ねんきん定期便などの資料を持参してください。

## かかりつけ健康メール

### 子どもの細菌性髄膜炎と予防接種

#### (ヒブと肺炎球菌ワクチンは何のため?)

日本では、毎年、約1000人の子どもさんが細菌性髄膜炎にかかっています(ワクチン導入前)。その子どもの細菌性髄膜炎の原因の8割がヒブと肺炎球菌です。子どもの細菌性髄膜炎は診断が難しく、治療は困難で重症化します。ヒブと肺炎球菌で起こる髄膜炎は、約3割で重い後遺症を残し、数%の子どもさんが亡くなる恐い病気です。

4歳までの子どもさんがかかりやすく、中でも免疫力が未熟な6カ月~1歳未満にピークがあります(1歳未満で約半数)。

この病気はそれぞれのワクチン接種で予防することができます。

生後2カ月になったら、出来るだけ早い時期に予防接種を受けましょう。

加藤医院 加藤 治人

## 東洋医療

ひとくちコラム

### ・・・野球肘(1)・・・

野球肘とは、特に投球動作の反復・継続によって肘関節部に損傷を起こすものの総称です。

大部分は肘内側(主に内側上顆部)の疼痛ですが、肘の前面や外側、後側(肘頭周辺)、または肘全体の疼痛を訴えることもあります。肘関節の一つの障害を示すものではなく、さまざまな病変が含まれています。

原因は投球動作による肘のいろんな組織に対するストレス負荷によるものです。特に、骨・軟骨の発育が未熟な年少者が投球をすることによって起こりやすいものです。

障害発生部位により分類されますが、運動時痛の他に自発痛が見られることもあり、また、熱感、腫脹、肘の伸展・屈曲・回内・回外運動の障害(運動制限)、脱力感などが見られることがあります。

(はびきの鍼灸マッサージ師協会)