

国民年金のお支払は口座振替が便利で有利

国民年金のお支払方法を口座振替にすると、振替方法によっては保険料の割引があり、納め忘れもありません。また60歳以上の任意加入の際は原則、口座振替での支払いとなります。

※10月から翌年3月の6ヵ月前納をご希望の方は、8月末日までに申し込みが必要です。

口座振替を利用した場合

- 毎月納付の翌月末振替
通常の納付で、割引はありません。
- 毎月納付の当月末振替
当月分の保険料を当月末に納付します。
50円の割引があります。
- 6ヵ月前納
上半期(4~9月分)は4月末に、下半期(10~3月分)は10月末に納付します。各期1,040円の割引があります。
- 1年前納、2年前納
1年分もしくは2年分を4月末に一括して納付します。
※来年度からの前納をご利用される方は、翌年2月末日までにお申し込みが必要です。

口座振替の申込用紙は市役所の年金担当窓口にご用意しておりますが、提出先は年金事務所、または引き落としを希望される銀行の窓口へお願いします。

クレジットカードでの納付について

申込用紙は市役所の年金担当窓口にご用意しておりますが、申込用紙は年金事務所へご提出ください。(郵送可)毎月納付には割引はございません。前納は6ヵ月(4月末と10月末)と1年の2種類で、現金納付と同じ割引額(6ヵ月:740円、1年:3,250円)になります。

引落日はクレジット会社によって異なりますので、ご利用のクレジット会社へお問い合わせください。60歳以上の任意加入の方もクレジット納付がご利用できます。詳しくは年金事務所へお問い合わせください。

7月の所得状況届をまだ提出していらっしゃらない方へ

20歳前障がいのある障害基礎年金などを受給しておられる方は7月が所得状況届(はがきまたは診断書など)の提出月で、提出が遅れると一時的に年金が停止されることもあります。未提出の方は至急ご提出してください。

天王寺年金事務所 ☎06-6772-7531(代)

平日 8:30~17:15(月曜日は19:00まで延長)
第2土曜 9:30~16:00

※電話は自動音声案内になっています。
案内が出ましたら、次の番号を選んでください。
・国民年金の加入や保険料に関するお問い合わせは②
・その他、担当がわからないときは⑤
※電話は混み合っていますので、つながるまで何度かおかけなおし願います。

かかりつけ健康メール

物忘れにも色々ある？

『最近、物の名前が出てこなくなった。』『物をどこにしまったのか忘れて探し物をよくする。』などといったことはありませんか？あるいはご家族の中でそのような方はいらっしゃいませんか？これらは認知症の初期症状である可能性があります。しかし物忘れと言っても加齢による生理的な(正常の)物忘れもあります。認知症の物忘れと生理的な物忘れには特徴があり、例えば生理的な物忘れは食事で何を食べたか一部のみを思い出せないことがあります。認知症の物忘れは食事をしたこと自体を忘れてしまいます。つまり生理的な物忘れは体験の一部を、認知症の物忘れは体験の全体を忘れてしまうのです。

認知症であっても早期発見し適切な治療を行えば、その進行を遅らせることが出来ます。気になる方は気楽な気持ちで認知症専門外来を受診してみてください。

丹比荘病院 池谷俊哉

東洋医療

ひとくちコラム

小児鍼(3)

小児鍼の適応症の内、「疳虫」というのは、生後3か月くらいから3歳くらいまでの小児が引き起こす種々の症状を指します。

主な症状は、夜泣き・寝つきが悪い・寝起きが悪い・寝とぼける・夜驚症・キーキー声や奇声を出す・よくケンカする・人をかむ・物を投げつけたり頭を壁や床にぶつける・爪をかむ・よく泣く・ダダをこねる・食物の好き嫌いが多く・食思不振・吐乳・腹痛・便秘・下痢・口内炎・異味症・遺尿症・よく風邪をひく・よく熱を出す・ひきつけ・どもる・チック・斜視・身体をゆがめる等々多彩にわたっています。また、目の白い処が青っぽい・鼻の下が赤い・表情がきつくこわばる・目を開けて寝るなどの兆候も時に現れます。

一種の小児神経症や心身症と捉えてもよく、また、親子の情緒関係の在りようや生活環境も大きく関わってきます。

(はびきの鍼灸マッサージ師協会)