

知って得する国民年金

保健福祉部保険年金課 ☎958-1111(内線1720) FAX956-1419
天王寺年金事務所 ☎06-6772-7531 FAX06-6772-3338

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額の証明書はがきが郵送されます。年末調整や確定申告をされるときに、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1月下旬**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電話などの方は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土曜 9:30~16:00

平成22年11月1日(月)~平成23年3月15日(火)

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

「扶養親族申告書」は今月中にお出してください。

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23年分の「扶養親族申告書」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。

※年金以外に収入のある方は、確定申告が必要です。

※「扶養親族申告書」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、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(月曜日は19:00まで延長)

第2土曜 9:30~16:00

年金相談

開催日: 11月29日(月)

時間: 10:00~12:00、13:00~16:00

場所: 市役所本館1階(4番窓口)

その他: 予約不要。

年金手帳など持参してください。

保険料の納付はできません。

かかりつけ健康メール

前立腺癌の腫瘍マーカーPSAについて

前立腺は膀胱の出口にある男性特有の臓器で、精液を絞り出す作用があります。尿道から近い部分を内腺、尿道から離れた部分を外腺と呼びますが、高齢になり内腺が大きくなると尿がせき止められて勢いが弱くなるが多くなります。このような状態は前立腺肥大症と呼ばれ、尿道の筋肉をゆるめる薬の内服で症状が改善します。しかし、前立腺の外腺にできる腫瘍は尿道から遠いので症状が出にくく、発見が遅れるため進行性の悪性腫瘍であることが多いとされてきました。しかし20年くらい前に、簡単な血液検査の腫瘍マーカー(PSA)が外来診療や健康診断に取り入れられるようになってからは、早期前立腺癌の発見が可能になり、前立腺の摘出手術や、放射線治療で根治できるケースが多くなってきました。前立腺癌は男性ホルモンを栄養にして育つので、進行癌でもホルモン療法を行えば命取りになることはありませんが、早期に根治的な治療を行えばホルモン療法も行う必要がなく、患者さんにとっては明るい未来が開けます。簡単な検査ですので、50歳を超えたら一度はPSAのチェックを受けられることをお勧めします。

ぼく泌尿器科クリニック
朴 英哲

東洋医療

ひとくちコラム

鍼灸は自然な人間の働きに準じて少しも無理をしない治療法ですが、人間の働きを調整するものとしてホルモンの働きがあります。

これは比較的長期にわたる代謝の調整や発育に関係します。人間が肥えたり、やせたり、顔色が良かったり、悪かったり、生理が順調であったり、不調であったりすることなどは、すべてホルモンの調整に関連します。

このような調整については、はり灸、特に灸の作用にはめざましいものがあります。

人間の生理的機能に従って少しも無理をしない方法なので、副作用がほとんどないということで、内容的には神経とホルモンの調整が主眼となります。

(はびきの鍼灸マッサージ師協会)