

口座振替での前納の申込は2月末までに!

- ◆国民年金保険料は、口座振替で前納(4月末)をすると、納付書(現金)やクレジットカードで納めるより割引額が多く大変お得です。
 - ◆前納の種類は3種類
2年(4月~翌々年3月)、1年(4月~翌年3月)、6か月(4月~9月)
 - ◆申込は、年金事務所または金融機関の窓口へ
※年金手帳または納付書、銀行の通帳・お届け印が必要です。
- 詳しくは年金事務所へお問い合わせください。

天王寺年金事務所 ☎ 06-6772-7531(代表)
[平日] 8:30 ~ 17:15 ※月日は19:00まで
[第2(出)] 9:30 ~ 16:00

→電話は自動音声案内です。⑤で所員が出ます。
※時間や時期により混み合っている場合がありますので、何度かおかけ直し願います。

免除等を受けた期間の追納ができます。

- ◆国民年金保険料の全額免除や一部免除を受けた期間がある場合、全額納付した場合と比べ、老齢基礎年金の額は少なくなります。※納付猶予や学生納付特例の期間は老齢基礎年金額には反映されません。
 - ◆10年以内であれば、遡って納めることができます(追納)。
 - ◆3年以上経過した保険料には経過年数に応じて加算額が上乘せられます。
- 追納をお考えの方はお早めに年金事務所にご相談を

確定申告をされる方へ

- ◆国民年金保険料を納付されている方の社会保険料控除には「平成29年社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」を添付してください。
- ◆再交付等の問い合わせは「ねんきん加入者ダイヤル」☎ 0570-003-004 へ(3月15日まで)
- ◆老齢年金等(遺族・障害年金を除く)受給している方の確定申告には「平成29年分公的年金等の源泉徴収票」を添付してください。
- ◆再交付等の問い合わせは天王寺年金事務所へ(共済年金は共済組合まで)

かかりつけ健康メール

『根管治療』

歯の神経が入っている箇所を根管と言い、虫歯が深いなどの原因で神経を除去した後、この根管を清掃、消毒を行うことを「根管治療」と言います。この治療は、完治するまでの通院回数が多く、根気が必要な処置なので、途中で通院されなくなる方もおられます。治療開始時は痛みなどの自覚症状がありますが、途中からそういった症状はなくなるのに、通院が必要だからではないかと思えます。治療途中で放置するとどうなるか?…根管の中の薬の効力が切れてきて炎症を起こしてきます。そうなれば根管の外に炎症が広がり膿が溜まることもあります。治療途中の歯が上の奥歯の場合には、蓄膿になることもあります。炎症の状態によっては歯を抜かないといけない場合もあります。治療途中で放置することで治療期間が長くなり、治療費も余計にかかります。根気のある治療だと思いますが、頑張って通院してくださいね!

吉田歯科クリニック 吉田宗敬

東洋医療

ひとくちコラム

小児鍼とは、生後1週間から小児期までの期間において、脳・脊髄神経の分布領域にあたる頭部、躯幹、四肢の皮膚表面に軽微な接触・摩擦刺激を与え、皮膚反射を利用して自律神経の機能を調整し、疾病の予防と治療、健康増進、体質改善などを目的に行うスキンタッチの治療法であると言えます。

皮膚への軽い刺激が自律神経に伝わり、自律神経によって脊髄や脳の中枢から内臓へと刺激が伝わることによって、その作用を高め、内臓の働きを活性化し、消化、吸収、発育作用を促進し、抵抗力のある子どもに育てます。

子どもは、いわば感性人間と言ってもよく、また、身体的には全ての器官が未発達、発達の途上であり自律神経も安定していません。そのため心(精神)も白紙の状態ですから、生活環境に敏感に反応します。

小児鍼の主な対象と言える「疳虫」「夜泣き」「おねしょ」などは、不安定な生活環境や自律神経のコントロールが不安定なときによく起こります。

はびきの鍼灸マッサージ師協会
☎ 072-958-5764