

老齢基礎年金 - 繰上げ請求される場合の注意点 -

老齢基礎年金の支給は65歳からですが、希望すれば60歳から65歳の間でも繰り上げて支給をうけることができます。ただし、年金額が減額されるほか、将来不利になることがありますのでご注意ください。主な内容は次のとおりです。

- 繰上げ請求後に取消・変更することはできません。
- 受給額は一定の減額率で計算し、生涯受け取ることになります。
- 繰上げ請求後、障害年金の等級に該当しても、障害基礎年金は請求できません。
- 遺族厚生年金を受給されている方が繰上げ請求すると、65歳まで老齢基礎年金と併給できません。(多いほうの選択)
- 国民年金に任意加入中の方は繰上げ請求できません。また、繰上げ請求後は任意加入できません。追納(免除期間)もできません。
- 繰上げ請求後は寡婦年金の請求はできません。

※寡婦年金とは国民年金の1号被保険者として保険料を納めた期間が10年以上(免除期間含む)ある夫が亡くなられた場合に、婚姻期間が10年以上継続していて、夫によって生計を維持されていた妻に60歳から65歳まで支給されるものです。ただし、死亡した夫が障害基礎年金の受給者だった場合や老齢基礎年金を受給されていた場合は対象となりません。また死亡一時金の支給対象にもなる場合は、どちらか一方の選択することになります。

あやしい電話にはご注意ください!

最近、高齢者のご家庭に「税金を還付する」「年金受給額」「預金口座の番号」などを聞くあやしい電話が増えています。日本年金機構職員や市役所職員がお尋ねすることはありませぬ。くれぐれも「なりすまし」による被害にご注意ください。

■天王寺年金事務所 ☎ 06-6772-7531 (代表)

[平日] 8:30 ~ 17:15 ※月)は19:00まで
[第2(土)] 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。

年金相談

- 【とき】 9月25日(火) 10:00 ~ 12:00、13:00 ~ 16:00
- 【場所】 支所2階 【対象】 受給資格など一般的な相談の方
- 【費用・申込】 不要
- 【持物】 年金手帳・ねんきん定期便などの資料
- 【問】 保険年金課年金担当

かかりつけ健康メール

訪問歯科診療

最近、『歯科診療を受けたいが体調が思わしくない』『足腰の具合がよくないので家から出にくい』という方が見受けられます。訪問歯科診療は聞いたことがあるが、今まで通った診療所が、訪問歯科診療を行っていないので、どうすればよいか分からない方がいらっしやと思います。そこで羽曳野市歯科医師会は、「在宅歯科ケアステーション」を立ち上げています。もし『訪問歯科診療を受けたい』『相談したいことがある』ということがございましたら、かかりつけの歯科もしくは、羽曳野市歯科医師会在宅歯科ケアステーションにご連絡ください。(ただし、通常の診療所での治療に比べ訪問歯科診療の治療は限られていますので、ご了承ください。)

はら歯科医院 原 正徳

羽曳野市歯科医師会在宅歯科ケアステーション
☎ 072-956-8111(火)~(金) 12:00 ~ 16:00 にご連絡ください。

東洋医療 ひとくちコラム

チック症は、無意識のうちに顔の一部や頭などを動かす症状です。頻繁にまばたきをしたり、時折「キャッ」と奇声を発する場合もあります。チックは“急性”と“慢性”の別や、さらに、“運動性”と“音声的”なチックにも分けられます。運動性のチックは顔だけでなく、足や手などに急激に起こる瞬時の動きです。音声的なチックは「うー」「あー」「鼻をすする」「こんこん咳払いをする」など、特徴的な癖のような音声を発する症状です。いずれも自覚して動かしているのではなく、本人が無自覚に動かしているのです。心因的ストレス(日常生活での欲求不満など)が原因となっている場合が多いと言われ、それらを取り除いたり、神経を安定させることで、軽減させたり、反復するのをかなり防ぐことができます。チック症を起こす前は、疳虫症状が長期間にわたって出ていることがほとんどで、小児の皮膚を観察すると、頸肩部から背部にかけて皮膚の過緊張部位が多くあって小児鍼を継続することによって改善させ、チック症の緩解につながる可能性があります。

はびきの鍼灸マッサージ師協会
☎ 072-958-5764