

年金生活者支援給付金制度のご案内（日本年金機構）

■対象となる方

●老齢基礎年金を受給している方

- ☑ 65歳以上
- ☑ 世帯全員の市民税が非課税
- ☑ 前年の年金収入額とその他所得額の合計が 881,200 円以下

●障害基礎年金または遺族基礎年金を受給している方

- ☑ 前年の所得額が「4,721,000 円 + 扶養親族の数 × 38 万円」以下である。

■請求手続き

●令和3年度において、所得額が前年より低下したこと等により、新たに年金生活者支援給付金の支給対象となる方には、日本年金機構から請求手続きのご案内が9月頃から順次送付されます。同封のはがきに記入し、日本年金機構に郵送してください。

●これから年金を受給しはじめる方

年金の請求手続きをするときに、あわせて申請してください。

- 第1号加入期間のみの方：市役所 年金担当
- 第1号以外の加入期間がある方：年金事務所

※ 該当可否については市役所では判断できません。

申請された方には、支給決定通知書又は不該当通知書が順次発送されます。

年金生活者支援給付金を受け取っている方で、引き続き支給要件を満たしている場合、翌年以降のお手続きは原則不要です。

■お問い合わせ

- ☎ 給付金専用ダイヤル ☎ 0570-05-4092
- ◆ 050 から始まる電話からは ☎ 03-5539-2216

国民年金保険料の免除制度・納付猶予制度について

収入の減少や失業等により保険料の納付が困難な場合は、**保険料が免除・猶予される制度**があります。また、今回の新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した場合、令和2年2月分以降の保険料の納付が免除・猶予される**臨時特例措置**も設けられています。**保険年金課 年金担当**までご相談ください。

◆手続きに必要なもの

- 基礎年金番号またはマイナンバーがわかるもの
- 所得の申立書（臨時特例で申請する場合）
- 雇用保険被保険者離職票や退職辞令など（退職特例で申請する場合）

◆申請時点の2年1か月前の月分までさかのぼって申請できます。過去2年間に未納期間がある方はご相談ください。

申請書や所得の申立書は、窓口へ備え付けてあります。日本年金機構のウェブサイトから必要書類をダウンロードして、郵送で手続きしていただくことも可能です。

※学生の方は「学生納付特例制度」をご利用ください。

免除や猶予が承認された期間は、年金の受給資格期間に算入されます。未納のままにせず、手続きを行ってください。

【問合せ】■天王寺年金事務所 ☎ 06-6772-7531 (代)

[平 日] 8:30 ~ 17:15 ※週初めの開所日は 19:00 まで

[第2(出)] 9:30 ~ 16:00

※電話は自動音声案内です。㊟で所員が対応します。

※繋がりにくい場合は、お手数ですが時間を置いてからおかけ直してください。



日本年金機構
ウェブサイト

かかりつけ健康メール

コロナ禍だからこそ歯科治療を続けよう!!

お口の健康は全身の健康につながります。歯科への通院割合が高いと平均寿命も健康寿命も伸びることが統計からも証明されています。歯周病が起す新型コロナのリスクは

- ①死亡リスク 8.8 倍
- ②集中治療リスク 4.6 倍
- ③人工呼吸リスク 3.5 倍

それだけではなく、口腔細菌で食道がんの発生リスク 32.8 倍もあります。

その他にも、口腔内の状態が悪くなると、色々なリスクが増えていきます。

今まで、歯科治療での新型コロナのクラスターは1件もありません!!

口は愛情の入り口であり、食べ物をとり、生き、そうして人間は栄えていきます。

だからこそ、口はどんな犠牲を払おうとも十分な注意と管理を受けるだけの価値を持っています。

西谷歯科クリニック 西谷寿夫

東洋医療

ひとくちコラム

東洋医学は、症状があっても未だカタチに至らない状態、いわば「未病」を治すのに長じた医療ではないかと思われれます（予防医学）。

体内のバランスを整え、病気になりにくい、且つ、自然治癒力のある身体づくりを目指しています。

統合医療とは、近代西洋医学と共に、伝統医療を適宜合わせて行う医療をいいます。

近年、患者さんや医療従事者から、この伝統治療が注目されています。

人間に本来備わった「自然治癒力」を活かす鍼灸治療は、これからの超高齢化社会での貢献が期待され、見直されています（温故知新）。

その特徴の一つは、全身症状を観察し、患者さんお一人おひとりの体質に合わせて、個人差を考慮に入れた診断と治療を行うことです。

(はびきの鍼灸マッサージ師協会) ☎ 072-958-5764