

国民年金よりお知らせ

■国民年金保険料の免除期間・納付猶予期間がある方へ

国民年金保険料の免除（全額免除・一部免除・法廷免除）、納付猶予、学生納付特例の承認を受けられた期間がある場合、保険料を全額納めた方と比べ、老齢基礎年金（65歳から受けられる年金）の受け取り額が少なくなります。

将来受け取る老齢基礎年金を増額するために、免除などこれらの期間の保険料については、10年以内であればさかのぼって納める（追納）ことができます。

ただし、免除などの承認を受けられた期間の翌年度から起算して3年度目以降の追納の場合、当時の保険料額に一定額の加算額が上乗せされます。

追納は、古い月のものから納付することになりますが、一部免除を受けた期間は、納付すべき保険料が納付されていない場合は追納できませんので、ご注意下さい。

※申請方法や申請書などは、日本年金機構のホームページ（<https://www.nenkin.go.jp/>）に掲載しております。

お電話での問い合わせは、

ねんきんダイヤル ☎ 0570-05-1165 までお願いします。

■不審なメール・SMSにご注意ください！

日本年金機構を装い、お客様の個人情報などを盗み出そうとするメール（ショートメールサービス（SMS）を含む。以下同じ）や不審なサイトへ誘導しようとするメールが確認されておりますので、ご注意ください。

①日本年金機構のロゴマークを使用し、年金の残金を振り込む名目で、お客様のお名前、口座番号などの情報を返信させようとするメール

②日本年金機構とはまったく関係のない不審なサイトに誘導しようとするメール（日本年金機構から送るねんきんネットに関するメールには電子署名を添付しています）

③日本年金機構を装い、国民年金保険料の支払いの督促を装ったサイトに誘導しようとするメール

※メール内容などに不審な点を感じる場合は、メール記載のリンク先を絶対にクリックしないようにしてください。

【お問合せ先】

役場住民課住民グループ TEL0164-32-2031（直通）

【台風に備えて～改善された台風情報の活用～】

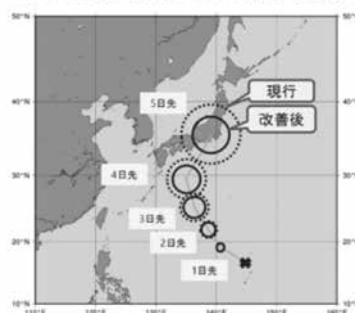
8月から9月にかけては、1年で最も台風の発生・接近・上陸が多くなる時期です。強い勢力を保ったまま北海道へ接近・上陸することもあり、主に暴風・大雨・高潮・高波による災害をもたらします。台風が接近して災害のおそれがある場合、気象台は警報や気象情報を発表し、警戒を呼びかけます。

気象庁ホームページでは、お住まいの市町村を設定し防災情報を確認することができますので、台風が近づいている際には、こまめにチェックし台風による災害に備えましょう。

台風情報は、台風の中心が到達すると予想される範囲を予報円で示していますが、近年の数値予報技術などの改善により、令和5年6月26日からそれまでよりも絞り込んで発表しています。

問い合わせ先：札幌管区気象台天気相談所 TEL（011）611-0170

予報円の改善イメージ
（令和元年東日本台風の例）



あなたの町の
防災情報
お住まいの場所の選択
必要な情報の選択や
配置が可能です。



台風情報



検査内容が充実！ 「生活習慣病予防健診」

お問い合わせ先

全国健康保険協会北海道支部 TEL011-726-0352（代表）

協会けんぽでは、35～74歳の被保険者（ご本人）さまを対象に「生活習慣病予防健診」を実施しております。令和5年4月からは、皆様にご負担いただく金額がお安くなり、5大がん検診を含めた検査項目をご用意しています。

自衛隊旭川地方協力本部 旭川地区隊 (TEL0166-55-0100)

	自衛官候補生	一般曹候補生	航空学生
資格	採用予定月の1日現在 18歳以上33歳未満の男女	採用予定月の4月1日現在 18歳以上33歳未満の男女	令和6年4月1日現在18歳以上 21歳未満(空)または23歳未満 (海)の男女(高卒・見込み含む)
受付期間	年中	9月5日(火)まで	9月7日(木)まで
試験期日	9月26日(火)～27日(水) のうちのどれか	9月17日(日)または 19日(火)～20日(水) のうちいずれか1日	9月18日(月・祝日)
試験会場	陸上自衛隊旭川駐屯地(旭川市春光町)		

戸建て木造住宅を無料で耐震診断します

戸建て木造住宅を対象とした無料耐震診断窓口を空知総合振興局に設けていますので、ご自宅の耐震診断に活用してください。

なお、耐震診断申込書はウェブサイトからダウンロードし、必要事項を記入の上、郵送またはFAXで窓口あてに送付してください。

【窓口、問い合わせ先】

空知総合振興局建設指導課 TEL0126-20-0067

【対象住宅】

- 2階建て以下で延べ床面積500㎡以下の戸建て木造住宅
- 申込者が当該戸建て住宅の所有者または居住者であること
- 建築年次は問いません。

【診断方法】

- 対象住宅の図面(寸法のわかる平面図、仕上げ表など)で実施します。
- 現地調査は行いません。

北海道 無料耐震診断

検索

妹背牛駐在所よりお知らせ

【重要】詐欺防止！NTT固定電話の新サービス！

- ・70歳以上の契約者、70歳以上の方と同居する契約者の方を対象とする新サービスがあります。
- ・内容は、ナンバーディスプレイ(相手先番号の表示機能)及びナンバーリクエスト(非通知先に対する番号の通知要請)の無償化です。
- ・申し込みは、NTT東日本の担当係ダイヤル0120-722-455へ(9時～17時)。

【法改正】自転車にはヘルメットを！

- ・自転車の死亡事故原因の約6割が頭部の外傷となっています。
- ・近隣町村の自転車事故で、側頭部を道路に強打したのにヘルメットのお陰で腕や肩などの軽傷で済んだ事例があります。

特殊詐欺に注意！

- ・「NTTファイナンスです」「未納料金があります」という自動音声ガイダンスの詐欺が道内で発生しています。
- ・また、銀行や大手企業をかたり、料金が未納などのうそのメールを送る詐欺も発生しています。
- ・心あたりのない電話、メールは相手にせず、まずは家族や警察に相談を。

ネットショッピングの利用にご用心！

- ・商品の表示金額が日本円と思い契約すると実は外国通貨の金額で、20倍の価格で購入してしまった、というような手口が報告されています。
- ・大手の名前をかたる、商品が届かない、偽物が届く、というサイトも。事前によく調べてから利用しましょう。

深川警察署妹背牛駐在所

带状疱疹ワクチン接種費用の一部助成をはじめました

○带状疱疹の特徴

带状疱疹は、水ぼうそうと同じウイルスで起こる皮膚の病気です。

体の左右どちらかの神経に沿って、痛みを伴う赤い発疹と水ぶくれが多数集まって帯状に生じます。

症状の多くは上半身に現れ、顔面、特に目の周りにも現れることがあります。

通常、皮膚症状に先行して痛みが生じます。その後皮膚症状が現れると、ピリピリと刺すような痛みとなり、夜も眠れないほど激しい場合があります。

日本人成人の90%以上は、带状疱疹の原因ウイルスが体内に潜伏していて、80歳までの3人に1人が発症すると言われています。

○带状疱疹は人にうつるの？

带状疱疹は、体内に潜伏しているウイルスが原因で発症するため、他の人から带状疱疹としてうつることはありません。

ただし、まだ水ぼうそうになったことがない人は、ウイルスの感染で水ぼうそうを発症することがあるので、水ぼうそうワクチンをうつ前のお小さなお子さんと接する場合は注意が必要です。

○50歳以上で带状疱疹を発症した人のうち、約2割は3か月以上痛みが続く

皮膚の症状が治った後も痛みが残ることがあり、3か月以上痛みが続くものを带状疱疹後神経痛と呼びます。「焼けるような」「締めつけるような」持続性の痛みや、「ズキンズキンとする」痛みが特徴で、50歳以上で带状疱疹になった人の約2割がその後の神経痛に悩まされることがあります。

高齢になると発症時の痛みや、その後の神経痛が重症化しやすくなります。重症化予防には早期の治療開始がポイントになりますので、帯状の水疱やピリピリした痛みがみられる場合は、早めに皮膚科を受診しましょう。

○予防接種費用の一部助成があります

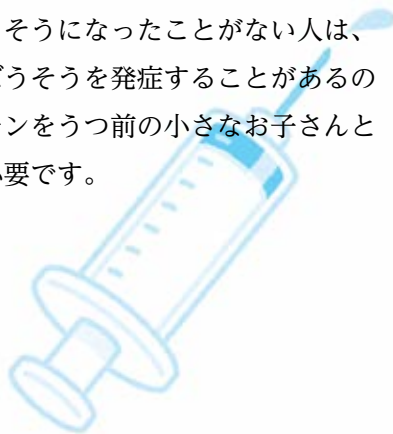
妹背牛町では、带状疱疹の予防を目的として、50歳以上の方に予防接種費用の一部（約半額）を助成しています。

接種を希望される方は、

妹背牛診療所（TEL32-2475）に直接ご予約ください。

- ・対象：50歳以上の方（過去に接種したことのない方）
- ・医療機関：妹背牛診療所
- ・接種回数：2回（2か月以上あける）
- ・自己負担額：1万円×2回

不明な点は、保健センター保健師（TEL32-2412）までお問合せください。



ご厚志ありがとうございます

ございました

妹背牛町社会福祉協議会

白岡 啓子 様（1区）
夫 白岡 正一氏 死去に際して
南 真一郎 様（滝川市）
母 南 志保子氏 死去に際して
遠藤 昌宏様（9区）
父 遠藤 武美氏 死去に際して
JA北いぶきフレッシュミズ会（1区）
ビールパーティー収益の一部として

お悔やみ

申し上げます

戸籍の窓

7月16日～8月15日 届け出分