



## INDEX

西海大漁鍋	2
住民課からのお知らせ	3~5
まちかどルポ	7
情報パーク	8~12
生活安全課からのお知らせ	13
生涯学習だより	14~16
健康カレンダー	17



# 今年も大盛況の大漁鍋

2月11日(祝)に県漁協西海支所で「冬の日本海波祭り大漁鍋大会」が行われ、町内外からの大勢の人で賑わいました。

この大漁鍋大会は、地元の西海公民館が、漁協や小型漁船会、青壮年、女性団体などの協力を得て、毎年、舟祭に合わせて開催しています。



①

早朝から多くの人が大漁旗に彩られた会場に詰めかけ、午前10時に公民館長の 大野堯さんが、開始の合図を出すと、我先にと地元の獲れたて鮮魚を求めて大行列、魚はあっという間に売り切れてしまいました。



②

メインの大漁鍋にはカニやタラ、甘エビがたっぷり入り、器からあふれんばかりの具だくさん海鮮汁。こちらも長蛇の列ができ、八百食があつという間に完売してしまいました。来場者は「いいダシが出るわほんとに幸せやわいね」と満面の笑みで話してくれました。



③

他にも、シーフードカレーや岩のり、地元の食材を使った炊き込みご飯などにも人気が集まり、午前中でほぼ売り切れとなる盛況ぶりでした。また、大会を盛り上げようと餅つきが行われ、来場者に無料で振舞われたり、富



④

木神幸太鼓が力強い響きを披露し、イベントに花を添え、大会は大いに盛り上がりました。

- ① 来場者でごった返す会場
- ② 大忙しの販売ブース
- ③ 新鮮な魚介類を買い求める人達
- ④ 鮮やかな大漁旗と美味しそうな湯気が会場を包む
- ⑤ 富木神幸太鼓の力強い演奏が観客を魅了する



⑤

# 国民健康保険 加入や脱退の届け出は忘れずに！

国民健康保険は、職場の健康保険などとは違い、加入するときや脱退するとき、加入者自らが届け出をしなければなりません。

手続きは、異動があった日から14日以内に住民課窓口または富来支所総合窓口まで届け出をしてください。

## 国保に加入するときの例

- ほかの市区町村から転入したとき  
(職場の健康保険などに加入していないとき)
- 職場の健康保険などをやめたとき
- 国保加入者の子どもが生まれたとき
- 生活保護を受けなくなったとき

## 国保の加入手続きが遅れると…

- 保険証がないため、その間の医療費は全額自己負担となります。
- 保険税は、加入の届け出をした月からではなく、資格を得た月の分から納めていただきます。したがって届け出が遅れた場合でも、加入した月までさかのぼって、保険税を納めなければなりません。

## 国保を脱退するときの例

- ほかの市区町村へ転出するとき
- 職場の健康保険などに加入したとき
- 国保加入者が死亡したとき
- 生活保護を受けはじめたとき

## 国保の脱退手続きが遅れると…

- 保険証があるため、うっかりそれを使って医療を受けた場合には、町が負担した医療費を後で返さなければなりません。
- ほかの健康保険に入ったとき、国保を脱退する届け出をしていないと、そのまま保険税を二重に支払ってしまうことがあります。

## 保険証は大切に！

国民健康保険被保険者証(保険証)は国保の被保険者(加入者)であることの証明であり、病气やけがなどでお医者さんにかかるときに窓口で提示すれば、医療費の一部を負担するだけで医療が受けられます。取り扱いには十分気をつけて、大切に保管しましょう。

## 70〜74歳の人の場合は

70歳になると、国保の保険証とは別に、医療機関の窓口で支払う自己負担割合が記載されている「国民健康保険高齢受給者証」が交付されます。

自己負担額は、「一般」の人は1割、「現役並み所得者」の人は3割負担となります。

※平成21年4月1日から1割負担の人は2割となる予定でしたが、経過特例措置継続のため、平成21年度も1割のまま据え置かれることになりました。  
新しい高齢受給者証は3月中に郵送する予定です。

◆お問い合わせ◆ 住民課 国保・年金係

『あなたの健康を守るために』

## 自覚症状もなく、ひそかに進む腎臓病を みつけるのは健診です！

### 『自分の腎臓を守りませんか』

近年、全国的にも人工透析患者が増加していますが、志賀町国民健康保険では、腎機能を把握できる検査として「尿蛋白」「尿酸」「尿潜血」も併せて実施し、腎臓病の早期発見に努めています。



### ～健診未受診、本当に大丈夫？～

【自覚症状が出て受診、そのまま人工透析となった A さんの事例】

54 歳 → 60 歳 → 61 歳



高尿酸血症 高脂血症

物が白っぽく見える  
むくみ、体がだるい  
貧血、吐き気、呼吸困難

受診

即入院  
透析開始

不全の症状出現！

いきなり透析になるなんて…  
もっと早く気付きたかった。

この段階で気づく  
にはどうすれば  
よかったですでしょう

気づく方法があるんです!!!

自覚症状が出る前の腎臓の変化が分かる検査があります!!

それは **GFR (糸球体ろ過量)**  
⇒ いらないものを捨てる力を見ます。

GFRは 3項目から計算します。

- ①年齢 ②性別
- ③血清クレアチニン(血液検査)  
で分かります。

そこで、**特定健診が重要なのです！**

毎年必ず健診を受け、健診結果を有効に活用し大切な臓器である腎臓を守りましょう！

## 学生納付特例は3月末までです。4月には再申請が必要です。

**対象者：**短大・大学・各種専修・専門学校生の人で、引き続き同一の学校に在学し平成21年度も学生納付特例を受けようとする学生は、再申請をお忘れなく。

学生納付特例は、免除ではありません。**納付猶予です！**

卒業・就職したら**追納**をお忘れなく

### ○納付猶予の保険料を納付希望される場合は追納の申し出が必要です。

学生納付特例は、年金の受給資格期間に算入されますが、年金額には反映されません。

そこで、10年以内であれば本人の申出により猶予された月の保険料を納付することができます(ただし3年度目以降に追納する場合には経過期間に応じて加算額がかかります)。

なお、追納される場合は先に経過した月から順に納めなければなりませんので注意してください。

(例)・平成19年度の学生納付特例承認期間について平成22年3月末までに追納する場合は加算額はかかりません。

・平成18年9月の学生納付期間の追納期限は平成28年9月末となります。

(最終納付期限は10年目にあたる月の月末です。)

## 前納・口座振替をお勧めします。

口座振替で1年分を前納すると、**3,690**円の割引！

現金で1年分を前納すると、**3,120**円の割引！

口座振替の早割を利用すると毎月**50**円のお得(年間**600**円)

平成21年4月分から  
保険料改定

月額 **14,660**円

年間納付額  
**175,920**円

### 口座振替のお申し込み方法

○各金融機関の窓口、または社会保険事務所で受け付けています。

○申し込みには基礎年金番号の記入が必要です。

年金手帳や納付書であらかじめ確認してください。通帳、金融機関届出印鑑を持参してください。

◆手続き・お問い合わせは

七尾社会保険事務所 0767-53-6511 役場国保年金係 32-9121 (直通) 町内IP電話 8-32-9121