

知っていますか？ 国民年金任意加入制度

〈保険料の納め忘れがある人〉

保険料の納付済期間が40年間に満たない場合は、60歳から65歳までの間に保険料を納めることで年金を満額にするか満額に近づけることができます。

〈受給資格期間を満たしていない人〉

納付済期間や保険料の免除期間が原則25年に満たない65歳以上の人は、70歳になるまで任意加入することができます。(ただし、昭和40年4月1日以前に生まれた人に限られます)

〈海外に在住する日本国籍を持つ人〉

20歳以上65歳未満の海外に在住する日本国籍を持つ人も、国民年金に任意加入することができます。

▼申込方法 身分証と年金番号が分かるものを持参し次の窓口で申し込み

▼申し込み・問い合わせ

○大田原年金事務所

☎0287(22)6311

○本国保年金課 ☎(62)7129

○函市民福祉課 ☎(37)5103

○圏総務福祉課 ☎(32)2988



人間ドック費用の一部を 国民健康保険が助成します

被保険者の病気の早期発見、健康の保持増進を図るため人間ドックの費用の一部助成します。

▼対象

納期限の過ぎている国民健康保険税を完納している世帯の30〜74歳の人 ※40歳以上の人で、平成28年度特定健康診査を受診した人は対象外です。

▼検診機関

〈一泊ドック・日帰りドック・脳ドック〉

○菅間記念病院

○国際医療福祉大学病院

○那須中央病院

(大田原市下石上1453)

○国際医療福祉大学塩谷病院

(矢板市富田77)

〈日帰りドック・脳MRセット〉

○那須赤十字病院

(大田原市中田原1081・4)

〈脳ドックのみ実施〉

○那須脳神経外科病院

〈日帰りドックのみ実施〉

○栃木県保健衛生事業団

(宇都宮市駒生町3337・1)

▼助成額

○一泊ドック 3万2400円

○日帰りドック・脳ドック・脳MRセット 1万9440円

黒羽矯正展を開催します

矯正展は、刑務所や少年院などで社会復帰のために実施している作業や教育などの活動の様子を公開して、矯正施設に対する理解をいただくために実施しています。

▼とき 11月23日(祝)水 午前9時〜

▼ところ 黒羽刑務所

(大田原市寒井1466・2)

▼内容 施設見学、刑務作業製品の展示即売・製品制作体験、受刑者の食事の試食など(一部有料)

▼問い合わせ

○黒羽刑務所 ☎0287(54)1198

市場祭を開催します

▼とき 11月27日(日)

午前8時30分〜午後1時

▼ところ 黒磯那須公設卸売市場

▼内容

・水産物・果実・地場野菜などの卸売

・まぐろの解体ショー

・とん汁無料サービス

・お楽しみ抽選会

※駐車場に限りがあるため、乗り合わせでの来場をお願いします。

▼問い合わせ

○黒磯那須公設卸売市場

☎(63)5111

大学ゼミナール 那須塩原市活性化プレゼン大会

自由な発想と斬新なアイデアを持った大学生たちが、「新たな観光地『板室温泉』を目指して〜板室温泉再生プロジェクト」をテーマに発表します。入場は無料なので、ぜひ見に来てください。

▼とき 11月20日(日) 午前10時〜

▼ところ 板室健康のゆぐリーングリーン

▼問い合わせ

○大学ゼミナール那須塩原市活性化プレゼン大会実行委員会

(黒磯観光協会内) ☎(62)7155

確認しましょう 栃木県の最低賃金

10月1日から栃木県の最低賃金が時間額775円になりました。

これは、県内の事業場で働く臨時職員なども含めた全ての労働者とその使用者に適用されます。

なお、特定の産業には、特定最低賃金が定められています。

▼問い合わせ

○県労働局 ☎028(634)9109

健康

乳がんを知ろう

〜自分のため、家族のため〜

▼とき 12月3日(土) 午後1時15分〜

▼ところ 西那須野保健センター

▼内容

①乳がんについての講演会

②乳がん検診(30歳以上の女性のみ) ※託児あり。

▼対象 市民

▼参加費 ①無料

②30歳代200円、40歳以上500円

▼定員 ①100人 ②50人

※定員になり次第締め切り。

▼申し込み・問い合わせ

○黒磯保健センター ☎(63)1100

☎(63)1100

※自己負担の額は、検診機関により異なります。

▼実施期限 来年3月31日(金)

▼申込方法 国民健康保険証と印かんを持参し、次の窓口で申し込み

※電話では申し込みません。

▼申込期限 来年2月28日(火)

▼申し込み・問い合わせ

○本国保年金課 ☎(62)7129

○函市民福祉課 ☎(37)5103

○圏総務福祉課 ☎(32)2988

○簿根出張所 ☎(35)2511

国民健康保険者のための 健康教室

〈スイミング健康教室〉

▼対象 次の全ての条件を満たす人
①納期限の過ぎている国民健康保険税を完納している世帯の18〜74歳で、国民健康保険に加入している人
②年度内に同事業を受講していない人
③3カ月間受講できる人

▼実施期間 12月〜来年2月

▼内容 水中体操、水中歩行、泳ぎの基礎など(週2日、3カ月間の教室)

▼実施施設・時間・定員

○サンライズスポーツクラブ(上厚崎)

・午前9時30分〜10時30分

(日・月曜を除く2日)

・定員20人

○ファイインドスポーツクラブ(西大和)

・午前10時〜午後0時30分

(水・土・日曜を除く2日)

・定員5人

▼参加費 6318円(3カ月間)

▼申込期間 10月24日(月)〜11月7日(月)

※定員になり次第締め切り。

▼その他 70歳以上の人は医師の診断書が必要です

▼対象 次の全ての条件を満たす人

①納期限の過ぎている国民健康保険税を完納している世帯の40〜74歳で、国民健康保険に加入している人

②年度内に同事業を受講していない人

③3カ月間受講できる人

▼実施期間 来年3月まで

▼内容 健康度測定(基礎代謝量、筋肉量など)、各種マシーンを利用した筋力トレーニング、ストレッチなど

(週2日、3カ月間のコース)

▼実施施設

○KPECフィットネスクラブ

○女性専用フィットネスB・Line

○ウェルネスNASSPA

○ファインドスポーツクラブ

○女性専用フィットネスカーブス

▼参加費 5638円(3カ月間)

▼申込期限 12月16日(金)

〈共通事項〉

▼申込方法 国民健康保険証と印かん

を持参し、次の窓口で申し込み

※電話では申し込みません。

▼申し込み・問い合わせ

○本国保年金課 ☎(62)7129

○函市民福祉課 ☎(37)5103

○圏総務福祉課 ☎(32)2988

○簿根出張所 ☎(35)2511

菅間記念病院 健康増進公開講座

▼とき 11月5日(土) 午後2時開演

▼ところ 黒磯文化会館小ホール

▼テーマ・講師

①「婦人科悪性腫瘍の診断と治療」

深澤一雄氏

②「女性ホルモンとライフスタイル」

和地祐一氏

(菅間記念病院 産婦人科科長)

③「今日から出来る乳がん予防と乳がん自己検診のコツ 乳がん治療ってどうするの?」〜乳がんしこりを触診モデルで体験〜

屋代祥子氏

(菅間記念病院 乳腺外科科長)

▼参加費 無料

▼問い合わせ

○菅間記念病院 ☎(62)0733

※市内は、市外局番 0287 を省略した表記にしています。

☎…本庁舎(共聖社108-2)
☎…西那須野庁舎(あたご町2-3)
☎…塩原庁舎(塩原1-2)