

情報掲示板

福祉

国民年金からのお知らせ

日本にお住まいの20歳以上60歳未満の方は、国民年金の第1号被保険者として(第2号、第3号被保険者は除く)届出が必要です。届出がまだの方は、至急届出をしてください。

対象となる方

- 20歳になったとき
- 退職し、厚生年金保険の被保険者資格を喪失したとき
- 第3号被保険者が厚生年金保険の被保険者の扶養からはずれたとき
- 未加入または保険料を未納にして

万一のときの障害基礎年金や遺族基礎年金が受給できなくなる場合があります。

国民年金は、退職など人生の節目にはその都度届出が必要です。届出を忘れると、将来、年金の請求手続きに時間がかかる場合もありますので、届出は必ず行いましょう。なお、日本にお住まいの60歳以上65歳未満の方、海外にお住まいの20歳以上65歳未満の日本人の方は、希望すれば国民年金に加入することができますのでご相談ください。

※第3号被保険者に該当するときは、配偶者の勤務先を通じて年金事務所へ届出をしてください。

保険年金課

保険給付・年金担当 ☎861-2064



国民健康保険、後期高齢者医療制度からのお知らせ

保険料の納付には、便利な口座振替をご利用ください

口座振替なら、毎月保険料を納めに行く手間が省けます。

申込場所 お取引のある金融機関、ゆうちょ銀行または保険年金課の窓口

要国保記号番号(後期高齢者医療制度の場合は被保険者番号と徴収番号)がわかるもの(納入通知書、領収書等)、預(貯)金通帳、口座の届出印

※本人名義以外の口座から引き落とすこともできます。

※口座振替により引き落とされるのは、普通徴収の保険料のみです。

ペイジー口座振替受付サービス

口座の届出印がなくても、簡単に口座振替の申し込み手続きができるサービスです。ぜひご利用ください(後期高齢者医療制度は対象外)。

対象金融機関 京都銀行、京都信用金庫、京都中央信用金庫、ゆうちょ銀行、滋賀銀行、三菱東京UFJ銀行、三井住友銀行、みずほ銀行

申込場所 保険年金課

要キャッシュカード(受付時に暗証番号を入力していただきます)、国保記号番号がわかるもの(保険証、納入通知書、領収書等)

問 保険年金課資格担当

☎861-2032

特別児童扶養手当について

中程度以上の知的・精神・身体障害のある児童を家庭で養育している父母、または父母に代わってその児童を育てている方に対して支給される手当です。20歳未満の児童が対象で、障害の程度に応じて支給額が決まります。

手当は請求された月の翌月分から支給されますが、所得が一定以上ある場合は支給停止、児童が児童福祉施設などに入所している場合などは支給されません。

問 支援課 特別児童扶養手当担当

☎861-1451

京北地域にお住まいの方は

京北出張所 福祉担当

☎852-1815

児童扶養手当

児童扶養手当は、父母の離婚などで、父または母と生計を同じくしていない子どもが育成される家庭(ひとり親家庭等)の生活の安定と自立の促進に寄与し、子どもの福祉の増進を図ることを目的として、支給される手当です。手当は、請求された月の翌月分から支給(所得要件あり)されます。児童が児童福祉施設に入所している場合などは、支給されません。

支給対象児童の年齢 18歳到達以後最初



の3月31日までの児童(特別児童扶養手当の対象となる程度の障害の状態にある場合は20歳未満)

手当額(月額) 前年の所得額(手当の受給者が児童の母(父)の場合、児童の父(母)から母(父)または児童が受け取った前年の養育費の8割相当額を含む)に応じて支給額が決まります。

	全部支給	一部支給
児童1人	42,000円	9,910円～41,990円
児童2人	47,000円	14,910円～46,990円

※3人目以降の児童は、1人増えるごとに3,000円加算。

問 支援課 児童扶養手当担当

☎861-1437

保健

冬場は血液が不足しています 献血にご協力ください

日時	場所
2/24(水) 10:00～12:00、 13:00～15:30	京都ファミリー
3/7(月) 10:00～12:00、 13:00～15:00	御室小学校
3/14(月) 10:00～12:00、 13:00～15:00	宇多野小学校

問 健康づくり推進課 管理担当

☎861-2176

乳がん検診のご案内

時 4月上旬～5月下旬
後日、京都予防医学センターから申込者に検診日時を郵便でお知らせします。

所 サンサ右京2階 保健センター

内 医師による視触診と、30歳代の方はエコー、40歳以上の方はマンモグラフィー。

対 市内に住む30歳以上の女性で年内(12月31日まで)に偶数年齢になる方。ただし、奇数年齢になる方も昨年受診していない場合は受診可能。

¥1,300円(免除制度あり)

申 乳がん検診申込書(保健センターニュース添付、保健センター窓口で配布)でお申し込みください。

*3月18日(金)必着。

問 京都予防医学センター乳がん検診係

☎811-9135 健康づくり推進課 ☎861-2177

3月6日(日)は右京区民テオリックス・バファローズ VS 千葉ロッテマリーンズ

時 3月6日(日) 13時試合開始(11時開場予定)

所 わかさスタジアム京都(右・西京極総合運動公園内)

★右京区民デー 試合当日、チケット窓口(KBS京都関係者受付ブース)で、「2月15日号市民しんぶん右京区版」または「右京区民であることを証明するもの」を提示すると、4名様まで「内野自由席(1塁側/3塁側共通)」チケットを特別優待価格(大人2,000円、子ども1,000円)で購入できます(当日販売券がある場合に限りです)。

主催 KBS京都 後援 京都市

協力 (公財)京都市体育協会

問 KBS京都 ☎431-3100



右京医師会市民公開講座 2016

「知っておきたい在宅医療の知識」

～最期まで穏やかに在宅ですごすには～

参加無料・申込不要

在宅医療に携わる様々な職種から講演、その後パネルディスカッションを行います。

また自宅での看取りを経験されたご家族にもご登壇いただきます。

時 2月27日(土) 14時～17時

所 京都学園大学 京都太秦キャンパス みらいホール

定 先着 300名

問 一般社団法人 右京医師会事務局

☎872-9850



昨年の様子

問 健康づくり推進課 成人保健・医療担当 ☎861-2177

がんを防ぐための新12か条

あなたのライフスタイルをチェック そして今日からチェンジ!

- ① たばこは吸わない
- ② 他人のたばこの煙をできるだけ避ける
- ③ お酒はほどほどに
- ④ バランスのとれた食生活を
- ⑤ 塩辛い食品は控えめに
- ⑥ 野菜や果物は不足にならないように
- ⑦ 適度に運動
- ⑧ 適切な体重維持
- ⑨ ウイルスや細菌の感染予防と治療
- ⑩ 定期的ながん検診を
- ⑪ 身体の異常に気がいたら、すぐに受診を
- ⑫ 正しいがん情報でがんを知ることから

出典(公財)がん研究振興財団

健康長寿 うきょう かわら版

がんは、日本人の死亡原因の第1位

日本人の2人に1人が、がんに罹患し、3人に1人ががんで亡くなると言われていました。最近の研究から、がんのリスクを高める生活習慣・生活環境が明らかになってきました。がん予防法もより具体的に提案できるようになりました。左表でチェックしてください。