



information
医療保険

問合せ
医療保険係 ☎32-2214

医療費の一部負担金について

国民健康保険や後期高齢者医療制度に加入している方が医療機関などにかかる時、支払義務を負う世帯主が災害や失業などで収入が著しく減少したときや、特別な事情により支出が著しく増加したときなどの理由で生活が困難になった場合、申請することで減免や徴収猶予となることがあります。



- ① 災害などによる死亡、障がい者となった、または資産に重大な損害を受けたとき。
- ② 自然災害による農作物の不作、不漁などで収入が減少したとき。
- ③ 事業の休廃止、失業などにより収入が著しく減少したとき。
- ④ 上記の事由に類する事由があったとき。
- ⑤ 特別な事情で支出が著しく増加したとき。
(国民健康保険のみ)



information
年金

問合せ
戸籍年金係 ☎32-1823
砂川年金事務所 ☎52-2144

国民年金保険料の納付について

便利でお得な口座振替やクレジットカードで納付できます。ぜひご利用ください。
申出書は年金事務所の窓口・日本年金機構ホームページ・戸籍年金係窓口にあります。

◆口座振替をご希望の方

【必要なもの】

- 口座振替納付申出書
 - 通帳
 - 金融機関への届出印
 - 基礎年金番号がわかるもの(年金手帳など)
- ※ 2年分、1年分、6カ月分前納の受け付けは2月末日で終了となりました。
※ 6カ月前納(10月～翌年3月)は8月末日までにお申し込みください。



【申出書提出先】

- 各金融機関
- 年金事務所(郵送)

◆クレジットカード納付をご希望の方

【必要なもの】

- クレジット納付申出書
- クレジットカード
(VISA・MasterCard・ダイナースクラブ・JCB・アメリカンエクスプレスのいずれか)
- 個人番号または基礎年金番号
(マイナンバーカードや年金手帳など)

※ 2年分、1年分、6カ月前納のお申し込みは、クレジットカードの利用限度が前納金額を上回っている必要がありますのでご注意ください。お支払い回数は1回払いのみとなります。

【申出書提出先】

- 年金事務所(郵送)

年金相談・お手続きの際は、ぜひご予約を

年金事務所では、相談や請求手続きについて、「事前予約」を行なっています。

- ※ 相談希望日の1カ月前から前日まで予約可能です。
- ※ ご予約の際は、基礎年金番号のわかるものをご用意ください。



予約受付専用電話
☎0570-05-4890
砂川年金事務所
☎28-9002 音声案内 1 → 2

認知症は早期発見が肝心！

認知症に関する相談窓口
 地域包括支援センター ☎32-0661

認知症の初期症状

- 同じことを何度も言ったり聞いたりする。
- 物の置き忘れやしまい忘れが増えた。
- 冷蔵庫に同じものがたくさん入っている。
- 料理や洗濯などの段取りが悪くなり以前のようにできない。
- 以前は好きだったことに関する興味や関心が薄れる。
- 外出や人づきあいがおっくうになった。
- 財布がいつも小銭でパンパンになっている。

認知症は脳の病気で、早期の段階で適切に対応すれば生活の質をよい状態で保ち、その人らしい充実した暮らしを続けることができます。

また、さまざまな制度・サービスの情報収集や利用計画も余裕をもって立てられます。

早期発見のメリット



- ① 早期に治療開始できる。
 ➔ 認知機能の回復・維持が期待できます。
- ② 進行を遅らせることができる。
 ➔ 生活の質をよい状態で保つことができます。
- ③ 事前にさまざまな準備ができる。
 ➔ 本人の意思を反映した準備ができる。

若年性認知症

認知症は高齢者に多い病気ですが、65歳未満で発症した場合は「若年性認知症」といいます。認知症の症状があっても、本人や家族など周囲の人は仕事や家事の疲れ、更年期障害、うつ病などほかの原因と誤解しやすく、発見が遅れる傾向があります。

働き盛りの年代で発症するため、本人だけでなく、家族の生活にも大きな影響を及ぼします。

- 家計を支えている人が多く、仕事の休職や退職によって経済的に困窮することがある。
- 子どもの教育、進学、就職、結婚などの人生設計が変わることがある。
- 配偶者など家族が介護する場合、本人だけでなく、その親の介護と重なることがある。
- 子どもが若年性認知症になった場合、高齢の親が介護者にならざるをえないことがある。

こんな症状に注意

- 書類の整理が難しくなった。
- 家事に時間がかかる。
- 打合せの約束をしたことを忘れる。



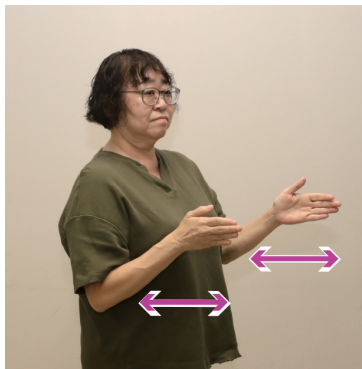
若年性認知症コールセンター（相談は無料です）

☎0800-100-2707

月曜日～土曜日（年末年始・祝日除く）

10時～15時

<http://y-ninchisyotel.net/>



両手の指先を前に向け、
交互に斜め前に出す

手話に チャレンジ



第68回

「スケート」

手話モデル 亀代 広美 さん
 （赤平手話の会）