

国民年金からのお知らせ

年金受給中で

引越しする方へ

●住所・支払機関変更届の提出を

年金受給中の方が引越しにより住所・受取機関を変更するときは、「住所・支払機関変更届(ハガキ様式)」を新住所地の社会保険事務所に提出してください。

▽支払機関を変更する場合

新しい金融機関・郵便局で口座番号の証明を受けて、次の年金支払日の1カ月前までに手続きください。1カ月以内のときには、年金の支払が変更前の支払機関となります。変更後の支払機関への支払を確認するまでは、旧口座はそのままにしておいてください。※住所変更届を提出した方は、前住所地の郵便局へも郵便物の転送をハガキで依頼してください。社会保険事務所の住所変更処理が済むまでは、前住所地に年金に関する郵便物が届く場合があります。

今春就職する学生さんへ

●勤務先に年金手帳の提出を

会社員などになる20歳以上の方は、国民年金の種別が第1号被保険者から第2号被保険者になります。

種別変更の手続きは勤務先が行いますので、必ず年金手帳を勤務先に提出してください。

年金手帳には基礎年金番号が記載されています。この基礎年金番号は、公的年金共通の番号で、転職や退職などで加入する年金制度が変わっても生涯変わりません。

今春、就職する学生さんは、勤務先での手続きがスムーズにできるよう年金手帳を確認しておきましょう。

年金手帳を紛失した方は、市民課市民係または各総合支所市民生活課まで相談ください。



保険料の納付がクレジットカードでできます

口座振替やインターネット等を利用した納付に加え、クレジットカードでも保険料を納めることができます。

この納付方法は、あらかじめクレジットカード納付に係る申出を行い、承認されればクレジットカード会社が被保険者に代わって保険料を立替納付し、カード利用代金として被保険者に請求されるものです。

▽対象者 国民年金第1号被保険者のうち、定額保険料納付者で、社会保険庁が承認した方

※支払免除該当者は対象外

▽納付方法 毎月納付、1年前納、6カ月前納ができます。

▽利用できるクレジットカード 社会保険庁が指定した会社が発行しているクレジットカードおよび指定会社と連携している国際ブランド(下記)

■国際ブランド	
J C B	
V I S A	
Master Card	
Diners Club	

一覧が付されたクレジットカードです。

▽実施時期 2月1日から申出受付を開始しており、初回納付は3月末(3月分保険料)からとなります。

▽割引 1年前納および6カ月前納した場合は、現金で納めた場合と同額の割引となります。

学生納付特例申請が簡単になります

申請により在学中の保険料の納付が猶予される「学生納付特例申請」が、平成20年から簡単になります。

2月下旬までに学生納付特例が承認された被保険者のうち、翌年度以降も引き続き在学予定の方に対して、ハガキ形式の申請書を送付します。

この申請書に必要事項を記入の上、社会保険事務局事務センターへ提出してください。

なお、在学する学校が変わった場合や失業等を事由とする申請をする場合は、新様式による申請はできません。市民課市民係または各総合支所市民生活課で在学証明書などを添付の上、申請してください。

豊岡社会保険事務所からのお知らせ

年金相談窓口を時間延長

年金相談窓口を次のとおり時間延長します。

お越しの際には、年金手帳など基礎年金番号の分かるものを持参ください。

なお、代理者のときは、委任状と代理者の身分証明書を準備ください。

●3月8日(土)・9日(日)は

午前9時30分～午後4時

●3月3日(月)・10日(月)・17日(月)・24日(月)・31日(月)

は

午前8時30分～午後7時

●電話での問合せ

ねんきんダイヤル

☎0570-05-1165

I P 電話・P H S からは

☎03-6700-1165

●年金個人情報サービス

社会保険庁ホームページアドレス <http://www.sia.go.jp/>

ドレス <http://www.sia.go.jp/>

《問合せ》

▽豊岡社会保険事務所

☎22-3196

▽市民課市民係または各総合支所市民生活課

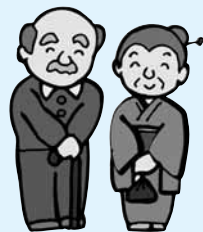
認知症を知ろう!

今回は、認知症についてお知らせします。

平成19年度に厚生労働省が行った調査では、家庭内で虐待を受けた高齢者の約4割に認知症の症状があることが分かりました。これには、認知症の高齢者を介護する家族にとって、親や配偶者が認知症になったという事実を受け入れることができない、あるいは認知症によって引き起こされる症状への対応方法が分からないなどの原因が考えられます。

認知症は、誰もが当事者になるおそれのある病気であり、また、認知症の方と介護する家族へのサポートが、虐待防止の鍵を握ります。地域をあげて認知症に対する認識を深めて、適切に対応していきましょう。

《問合せ》介護保険課地域包括支援センター ☎24-2401



認知症とは

認知症は、記憶力・判断力が低下する「病気」です。食事をしたばかりなのに「ご飯はまだか?」と言ったり、財布をしまった場所を忘れてしまい、「財布がない、誰かが盗ったんじゃないか?」と被害妄想につながる場合もあります。

■老化によるもの忘れと認知症との違い

老化によるもの忘れと認知症との違いは、左表のとおり

■老化によるもの忘れと認知症の違い

老化によるもの忘れ	認知症
・体験の一部を忘れる	・体験全体を忘れる
・記憶障害のみがみられる(人の名前を思い出せない、度忘れが目立つ)	・記憶障害に加えて判断の障害や実行機能障害(料理・家事などの段取りが分からなくなるなど)がある
・人や場所、時間はほぼ正しく認識できる	・人や場所、時間を正しく認識しにくくなる
・日常生活に支障をきたさない	・日常生活に支障をきたすことがある(電話の取次ぎができないなど)

です。

認知症は、老化によるもの忘れとの区別が付きにくい病気ですが、老化によるもの忘れとは異なり、体験のすべてを忘れます。

例えば、朝ご飯の内容ではなく、食べたこと自体を忘れてしまうのが特徴です。



認知症の種類

認知症は、主にアルツハイマー型認知症と脳血管性認知症の2つの種類に分かれ、この2つで認知症の約8割を占めています。

○アルツハイマー型認知症

脳に特有の変化が起こり、萎縮が起こります。

○脳血管性認知症

脳卒中(脳梗塞や脳出血等)に引き続いて起こります。

○その他の認知症

慢性硬膜下血腫、正常圧水頭症、脳腫瘍、非アルツハイマー型変性疾患(アルツハイマー以外で脳に変性をきたす

病気の総称)などがあります。

※慢性硬膜下血腫や正常圧水頭症などからくる認知症は、早期なら、原因となっている病気を治療すれば、症状が改善することがあります。適切な治療で症状が改善することがあります。認知症が疑われたら、かかりつけの医師に相談、または専門の病院へ早期受診ください。

認知症の症状

認知症の症状は、左図のとおり、中核症状と周辺症状が

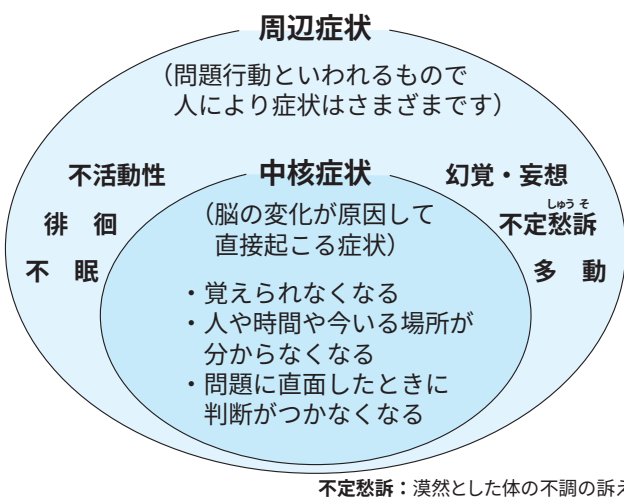
あります。

適切な対応は重要です

認知症の方は、記憶障害を中心にさまざまな障害が起こりますが、健康な心は残されています。できなくなったことを無理矢理させない、自尊心を傷つけない等の接し方が大切です。

また、対応に困った時などは、一人で悩まずに身近な人や高年福祉課、各総合支所健康福祉課、各地域包括支援センター等に相談してください。

認知症には中核症状と周辺症状があります



※周辺症状は、薬物療法・リハビリテーション・適切な対応(介護)で改善することがあります。

図: 社団法人日本作業療法士協会発行「認知症の高齢者を抱える家族向けテキスト」を参照