

国民年金保険料は 毎月期限までに納めましょう

国民年金は、日本に住所のある20歳以上、60歳未満の自営業者とその配偶者・学生・フリーターなどが加入し、自分で保険料を納めます。

もし、納め忘れがあると、老後の生活の支えとなる老齢基礎年金の年金額が少なくなったり、受けられなくなることがあります。

また、加入中のケガや病気などで、一定以上の障害が残った場合に受けられる障害基礎年金や、加入者が亡くなったとき、その人に生計を維持されていた子、または子のある妻が受けられる遺族基礎年金も受けられないこともありますので十分注意してください。

万が一保険料を納め忘れても納期限から2年以内なら納めることができます。しかし、2年を過ぎると時効により納められなくなりますので注意してください。

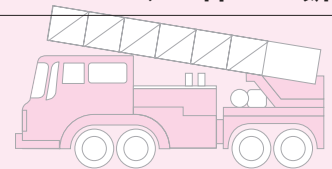


社会保険事務所では、保険料の納め忘れにより、大事な年金権が失われないよう、電話による納付のご案内をしています。

また、社会保険事務所の「国民年金推進員」が身分証明書を携帯して、直接ご自宅にお伺いし、国民年金制度のご案内、届出や保険料納付の相談などを行っています。

消防署

気を付けて!!
おいしいけど怖いお餅



【図1】



あごを手にのせた後、突き出すようにする。
もう一方の手の付け根で背中の真ん中を強くたたく。【図1】

【成人の場合】

ひざまずいて傷病者を自分のほうに向けて横向きに寝かす。
手の付け根に近い部分で、肩甲骨の間を力強くたたく。【図2】

【図2】



【子どもの場合】

片腕の上に腹ばいになさせて、頭が低くなるような姿勢にする。

のどに詰まった物を取り出すことができて呼吸・脈拍が感じられないときは、直ちに人工呼吸と心臓マッサージを行うってください。
それでは皆さん、おいしいお餅をゆっくり少しずついただきますよう。