

くらし

国民年金のお知らせ

▶問い合わせ 市民課 ☎73-3005 善通寺年金事務所 ☎0877-62-1662

60歳までに老齢基礎年金の受給資格期間(25年)を満たしていない人や、40年の納付済期間がないため老齢基礎年金を満額受給できない人で、厚生年金や共済組合に加入していない人は、次のとおり60歳を過ぎても国民年金に任意加入することができます。

①年金額を増やしたい人は65歳までの間

ご存知ですか?
 国民年金の任意加入制度

過去5年以内に納め忘れた保険料を納付することで、将来の年金額を増やすことができる後納制度を、平成30年9月30日まで利用できます。

※老齢基礎年金を受給している人などは利用できません。

※後納制度を利用するには申し込みが必要で、詳しくは「国民年金保険料専用ダイヤル(☎0570・011・050)」または善通寺年金事務所へお問い合わせください。

保険料の納め忘れのある人は「後納制度」をご利用ください



催し

子育て講演会

▶申し込み・問い合わせ 子育て支援課 ☎73-3016

俳優・気象予報士の石原良純さんをお迎えして、子育てについての講演会を開催します。

日時 平成29年1月15日(日)
 午後2時30分(開場)
 午後3時~4時30分(開演)

場所 マリンウェーブ

演題 『石原家の家族愛&自然への想い』

講師 石原良純氏

※入場は無料ですが、入場整理券が必要です。12月7日(水)の午前8時30分から、子育て支援課、各まちづくり推進隊(高瀬は除く)、マリンウェーブで配布します。



健康

ジェネリック医薬品を使っていますか

▶問い合わせ 健康課 ☎73-3014

ジェネリック医薬品(後発医薬品)とは、特許期間の過ぎた新薬(先発医薬品)と同等の有効成分、効能および効果がある安価な処方薬です。ジェネリック医薬品で薬代の負担を軽くしませんか。

全ての新薬にジェネリック医薬品があるわけではありません。また、医師の判断で変更できない場合や調剤薬局にジェネリック医薬品がない場合もあります。まずは、医師や薬剤師に相談してみましょう。

健康

お酒の適量を知っていますか

▶問い合わせ 健康課 ☎73-3014

適度のアルコールはストレス解消に役立ちますが、飲みすぎは肝臓病、糖尿病、肥満など生活習慣病の原因になります。適量の目安は、純アルコールで1日20gです。

純アルコール20g相当
 ビール 中びん1本(500ml)
 日本酒 1合(180ml)
 焼酎(25度) 100ml
 ワイン 1/4本(約180ml)
 ウイスキー ダブル1杯(60ml)

休肝日は連続した2日間、深夜まで飲まない、強いお酒は水で薄めて飲むなどルールを決めて、適量を楽しみましょう。

社会保険労務士による
 無料年金相談

●日時・場所
 12月14日(水) 三豊市役所西館
 12月27日(火) 山本庁舎
 午前10時~午後3時

●持ちこくもの
 年金手帳、年金証書などのほか、相談者本人であることが確認できるもの。代理人の場合は、委任状および代理人本人であることを確認できるものが必要です。

●問い合わせ
 街角の年金相談センター高松(オフィス)
 ☎087・811・6020

日々のふれあいから広がる交流の輪

平成28年度教育文化功労者表彰式が行われ、三豊市豊中町公民館が「社会教育功労者」として県教育委員会から表彰されました。豊中町公民館は、講座講師に地域の人材を活用し、地域住民の交流の促進に努める長年の活動を認められました。



11/1 香川県庁



11/2 マリンウェーブ

尊い願いを次世代に引き継ぐ

先の大戦において亡くなられた方々を追悼し、平和を祈念するため、戦没者追悼式が開催されました。式典には、遺族や来賓など約350人が参列し、一人ひとりが祭壇に白い菊の花を手向け、追悼の誠をささげるとともに、平和への決意を新たにしました。



11/2 麻小学校

3R促進ポスターコンクールで優秀賞

「循環型社会」実現を啓発するため環境省が実施したポスターコンクールで、麻小学校6年の石井瑠華さんが小学校高学年の部で優秀賞を受賞しました。「方言の「～したらいかん」と生き物の「イカ」をかけて、前向きな明るい色を使って描きました」と作品について話してくれました。



11/3 JR詫間駅

生け花で駅利用者にやすらぎを

昭和56年から今日までの38年間、JR詫間駅に毎週生け花を展示してきた詫間町の安藤信子さんが、平成28年度鉄道功労者として国土交通大臣から表彰されました。安藤さんは、「節目の50年を目標に続けられたら」と意気込みを話してくれました。