

6月は**食育**月間

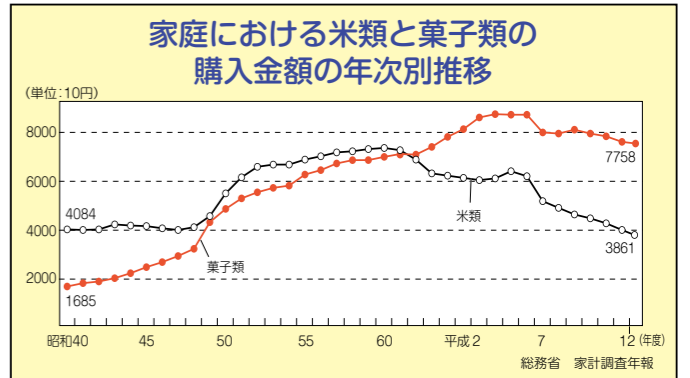
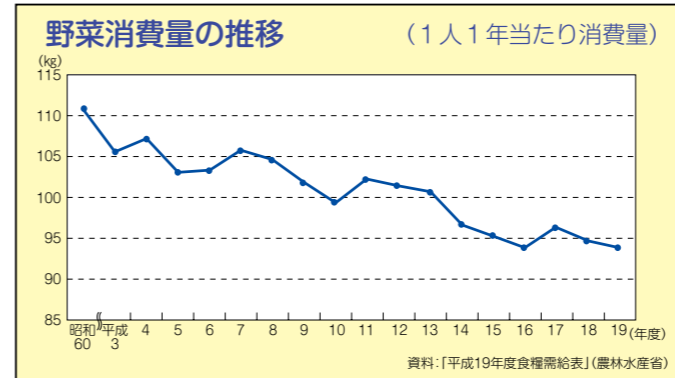
毎月**19日**は**食育**の日

「食育」の取り組みを
みんなで進めるために
「食育の日」が制定されました。

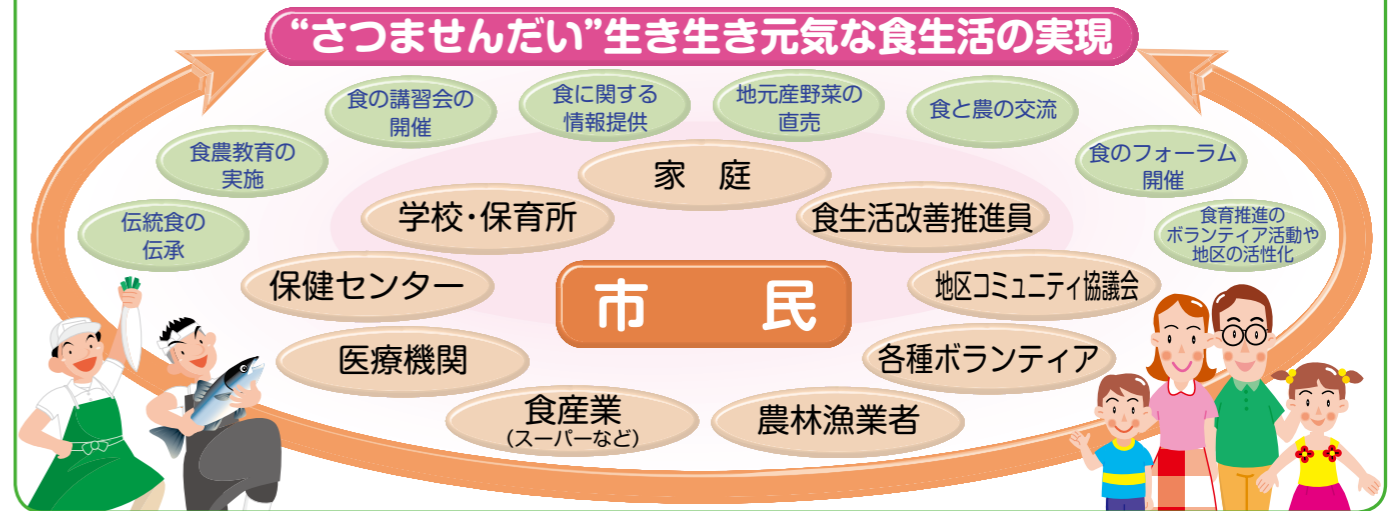


子どもたちをはじめ、すべての人々が心身の健康を確保し、生涯にわたって生き生きと暮らせるようにするために「食」はとても大切です。ところが近年、食生活をめぐる環境が大きく変化し、その影響でさまざまな問題が生じています。その解決を目指して「食育」を進めます。

野菜の摂取目標は一日350g! 「がん」「糖尿病などの生活習慣病」の予防には野菜の摂取をはじめ、日本型食生活が重要です! 昭和43年～平成8年の28年間での推計患者数は、がんが5.7倍、糖尿病が4.8倍に増えました(厚生白書より)



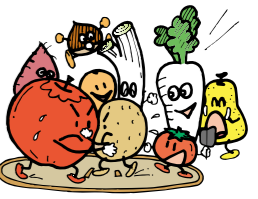
食育の推進は地域や家庭、学校、農林漁業者などみんなで取り組むことが大切です!



市制5周年記念 **薩摩川内市食育推進大会開催** 6月20日(土) 13時～16時 会場:国際交流センター

食は命の源 朝ごはん、季節の野菜をしっかりと食べて元気な身体を育てよう

- 1部 《基調講演》 「いのち輝く元気野菜のみみつ～私たちはもっともっと元気になれる」 (講師) NPO 法人 大地といのちの会代表 吉田俊道氏(長崎県在住)
- 2部 《地域における食育発表》 薩摩川内市「元気をつくる食育の取り組み」～未来へつなぐ食の知恵～ 地域で! 家庭で! 広げよう食育の輪
- 3部 《各団体による食育展示》



■問合せ=本庁市民健康課(すこやかふれあいプラザ内) ☎0996(22)8811

国民年金保険料の免除・納付猶予制度のご案内

失業などの経済的な理由で国民年金の保険料を納めることが困難な場合には、窓口申請により保険料の納付が免除される「**保険料免除制度**」があります。免除の申請が承認されると、保険料の全額または一部の納付義務が免除されます。

平成21年度の保険料額は左表の通りです。なお、全額免除および一部免除のどの階層に該当するかは本人・配偶者および世帯主の所得によって異なりますので、詳しくは問合せ先で確認してください。

平成21年度保険料(月額)	
免除を受けなかった場合	14,660円
3/4免除	3,670円
半額免除	7,330円
1/4免除	11,000円

国民年金の免除・納付猶予制度

大きく分けて三つの制度があります。

- ①学生納付特例制度⇨学生の方
- ②若年者納付猶予制度⇨30歳未満の方
- ③全額免除・一部納付(免除)制度(①②に該当しない方)

保険料が未納のままです。

◎将来の老齢基礎年金が受給できなくなったり、受給できても金額が少なくなることがあります。

◎障害や死亡といった不慮の事態が生じた場合に**年金を受け取ることができなくなる場合があります**。

*一部免除の承認を受けても、残りの部分を納付しないと**未納と同じ扱いとなります**(詳しくは下表をご覧ください)。

*免除制度を利用しなかった場合は2年間しかさかのぼって納付できません(免除制度を利用した場合は最大10年間さかのぼり可能。ただし、2年を超えると金額が変わります)。

失業(退職)された方もぜひ、お手続きください。

	老齢基礎年金の資格期間には	老齢基礎年金額の計算には	万一の障害年金・遺族年金の保障は	後から保険料を納めたいときには
全額免除		1/2として計算	あります	10年以内なら追納できます
3/4免除		5/8として計算		10年以内なら追納できます(一部免除部分)
半額免除	認められます	3/4として計算		10年以内なら追納できます
1/4免除		7/8として計算		10年以内なら追納できます
納付猶予		計算されません		10年以内なら追納できます
学生特例				
未納	認められません	計算されません	ありません	2年を過ぎると納付できません

申請は原則として 毎年必要です。

*ただし、全額免除または若年者納付猶予制度の該当者で、翌年度も引き続き免除または若年者納付猶予の申請を希望した場合は、申請書の提出は不要です。

申請期間(平成21年度分)

7月1日～平成22年6月末日

*ただし、学生納付特例は、4月1日～平成22年3月末日

申請に必要なもの

- ▼学生の方⇨学生証の写しまたは在学証明書(原本)
- ▼平成20年中に失業した方⇨離職票の写し、または雇用保険受給資格者証の写し
- ▼平成21年1月1日以降に本市に転入した方⇨前住所地での所得証明書

受付窓口・問合せ先

- ▼本庁市民課(内線2544)
- ▼または各支所市民生活課
- ▼川内社会保険事務所

☎0996(22)5276