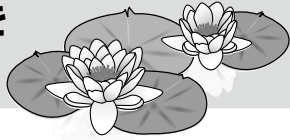


町営墓苑の使用者を募集しています



■ 郡家墓苑

所在地	八頭町郡家 395 番地
募集区画	4区画 (区画番号：C-7、N-15、P-4、S-3)
区画面積	7.50㎡
永代使用料	● C-7、N-15、P-4 295,000円 ● S-3 300,000円
管理組合費	初回時のみ 5,000円 (管理組合への入会が必要です)

■ 船岡墓苑

所在地	八頭町船岡 752 番地
募集区画	2区画 (区画番号：5号、24号)
区画面積	7.50㎡
永代使用料	280,000円

申込資格 町内に住所を有する方

必要書類 墓地使用許可申請書

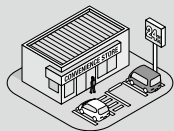
■ その他

- 申し込みは先着順となります。
- 現在、町営墓地を使用されている方の申し込みもできます。(一人につき2区画まで)
- 現地のご案内もできますので、お気軽にお問い合わせください。

問い合わせ 町民課 ☎76-0211

ページID 0005786

スマホ用電子証明書によるコンビニ交付サービスが始まります



お持ちのスマートフォンにマイナンバーカードの電子証明書を搭載（スマホ用電子証明書）することで、スマートフォンのみでコンビニから各種証明書が取得できるようになります。

ただし、現時点で搭載できるスマートフォンはAndroidのみです。搭載方法等については、こちらの二次元コードからご確認ください。

※これまでどおり、マイナンバーカードを利用したコンビニ交付も利用できます。

対象店舗 ローソン、ファミリーマート

サービス開始日 1月22日(月)

問い合わせ 町民課 ☎76-0211



20歳になったら国民年金



国民年金は、老後や病気・事故で障がいが残ったとき、家族の働き手が亡くなったときなどに年金が受給できるようみんなでお互いに支え合う制度です。

20歳以上60歳未満の方は加入することが義務付けられ

ており、20歳になると日本年金機構から国民年金加入のお知らせが送付されます。



国民年金のポイント

■ 老後を支える終身保障!

原則65歳から受給ができ、希望すれば繰上げ、繰下げによる受給もできます。

■ 老後のためだけのものではありません!

国民年金には、老齢年金のほか、障害年金や遺族年金があります。障害年金は、病気や事故で障がいが残ったときに受け取り、遺族年金は加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族(「子のある配偶者」や「子」)の方が受け取れます。

国民年金保険料と納付方法

■ 国民年金の保険料(令和5年度)

国民年金第1号被保険者および任意加入被保険者の1カ月当たりの保険料は16,520円です。

■ 「付加年金制度」があります!

上記の定額保険料に月額400円の付加保険料を上乗せして納めると、将来の老齢基礎年金に付加年金が加算され、年金額を多く受け取れます。

■ 納付方法

納付書、口座振替、クレジットカードの3種類あります。保険料を早めに納めること(前納)により、保険料が割引になります。前納と口座振替をセットにすることでさらに割引になります。

学生納付特例制度と納付猶予制度

■ 学生納付特例制度

学生の方は、ご本人の所得が一定額以下の場合、世帯主の所得にかかわらず保険料の納付が猶予される制度です。

■ 納付猶予制度

学生でない50歳未満の方で、ご本人および配偶者の所得が一定額以下の場合に保険料の納付が猶予される制度です。

問い合わせ 町民課

☎76-0205

鳥取年金事務所

☎0857-27-8311

交通事故などにあつたときは届け出を!

交通事故や暴力行為など、第三者(自分以外)の行為によるケガの治療に保険証を使う場合は、保険者へ「第三者行為による疾病届」の届け出が義務付けられています。本来、治療費は加害者が負担することになりますが、一時的に国民健康保険(国保)が加害者に代わって立て替えて支払いをした場合、後日加害者に請求します。

ただし、加害者への請求を行うためには、被保険者からの届け出が必要となるので、保険証を使うときは必ず届け出をしてください。

注意点

- すでに加害者から治療費を受け取っている場合は、国保を使うことはできません。
- 自転車やバイクによる事故も必ず届け出をお願いします。
- 事故の届け出をしないまま国保を使用して医療機関にかかった場合は、医療費を返還していただくことがあります。
- 加害者との話し合いで示談が成立すると、国保が支払った医療費を加害者に請求できなくなることがありますので、示談をする前に必ず役場にご相談ください。

次の場合は国民健康保険が使えません

- 雇用者が負担すべき、労災対象の事故
- 犯罪行為や故意の事故
- 飲酒運転など法令違反の事故



問い合わせ 町民課 ☎76-0205

あなたは薬をいくつ飲んでいますか?

「ポリファーマシー」とは?

複数の薬を服用しているために副作用が出たり、きちんと薬が飲めなくなるなど、多剤服用の中でも、害をなすものを「ポリファーマシー」といいます。
(単に服用する薬が多いことではありません)

なぜ薬の数が増えるの?

病気や体調不良などで複数の医療機関や診療科を受診すると、処方された薬全体の把握や管理が難しくなり、それぞれで似た成分の薬を処方されることがあります。

なぜ副作用が起こりやすいの?

加齢や病気などに伴い、肝臓や腎臓の働きが弱くなると、薬の分解や排出に時間がかかるようになります。そのため、複数の薬が影響し合い、薬が効き過ぎたり、効かなかったり、副作用が出やすくなることがあります。

どうしたらいいの?

- お薬手帳は一冊にまとめましょう。
- 薬の変更・追加があった場合は、いつもと違う症状がないか注意しましょう。
- 勝手に薬をやめたり、減らしたりせず、かかりつけ医や薬局に相談しましょう。
- 医師、薬剤師、支援者などと情報を共有しておくようにしましょう。



問い合わせ 町民課 ☎76-0205

セルフメディケーションを利用しましょう

「セルフメディケーション」とは、自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てをすることです。かぜや腹痛、軽いけがなどの軽度の不調は、OTC医薬品(薬局などで処方箋なしで買える薬)を上手に利用しましょう。

■ 例えばどんなこと?

- かぜ気味かなと思ったら、栄養ドリンク剤を飲んで早めに休む
- けがをしたら絆創膏を貼る
- 頭痛がしたら市販の頭痛薬を飲む など



■ セルフメディケーションのメリット💡

- 自分の健康についての意識や習慣が身につく
- 医療や薬の知識が身につく
- 医療機関を受診する手間と時間が省かれる
- 医療費の節約につながる

■ セルフメディケーション税制

医療費控除の特例として、健康増進の取り組みを行う人が対象となる OTC 医薬品を購入した際に、

セルフメディケーション
税 控除 対象

▲このマークが付いた商品が目印です

その購入費用について所得控除を受けられます。詳しくは厚生労働省ホームページをご覧ください。

問い合わせ 町民課 ☎76-0205