

3月・4月は住民異動シーズン 届け出をお忘れなく

■住所変更などの主な届け出

こんなとき	届け出の種類	届け出に必要なもの	届け出期限
村外から移ってきたとき	転入届	<input type="checkbox"/> 転出証明書(前住所地で発行) <input type="checkbox"/> 国民年金手帳(加入者のみ)	本村に来てから14日以内
村外へ移るとき	転出届	<input type="checkbox"/> 国民健康保険証(加入者のみ) <input type="checkbox"/> 印鑑登録証(登録者のみ) <input type="checkbox"/> 転出先の住所	村外に移る前に
村内で住所を変更したとき	転居届	<input type="checkbox"/> 国民年金手帳(加入者のみ) <input type="checkbox"/> 国民健康保険証(加入者のみ)	引っ越した日から14日以内
世帯主が変わったとき	世帯主変更届	<input type="checkbox"/> 国民健康保険証(加入者のみ)	変更した日から14日以内
加入している保険が変わったとき	取得届	<input type="checkbox"/> 国民健康保険証(世帯に加入者がいる場合) <input type="checkbox"/> 資格喪失証明書	異動した日から14日以内
	喪失届	<input type="checkbox"/> 国民健康保険証 <input type="checkbox"/> 新しい保険証	異動した日から14日以内

※印鑑はどの届け出にも必要ですので、忘れずに持参してください。

3 月から4月にかけては、転勤や就職、進・入学などにより住民異動が多くなります。この時期、初めて住所を変更するという方も多いでしょう。

正しい住所を届けていないと、国民年金や国民健康保険、児童手当などの給付が受けられなくなる場合があります。さらに、お子さんの入学などさまざまな影響が出

てきてしまいます。

右の表に該当する方は、届け出の種類にに応じて必要なものを持参し、役場住民福祉課窓口で異動の手続きを行ってください。

また、国民健康保険や国民年金に加入している方は、保険証や年金手帳も忘れずに持参してください。

■問い合わせ 村住民福祉課 係 ☎ 49-3113

年金制度が改正されます

- 詳しい内容が知りたい方
 - ▶白河年金事務所 ☎0248-27-4165
 - ▶ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165
- 過去に国民年金の未納があるかどうかを知りたい方
 - ▶ねんきんネット ☎0570-058-555

現

取り扱いは、在、国民年金保険料の納め忘れがある方は、平成24年10月1日から3年間に限り、過去10年分までさかのぼって納められるようになります。3年度以上さかのぼって保険料を納付する際は、加算金がかかります。※毎月の国民年金保険料の納付は、原則として翌月末日までと定められています。納期限までに納めない場合、障害基礎年金や遺族基礎年金が受給できないことがありますので、滞納しないようお願いいたします。

高額な外来診療を受ける皆さまへ

平

成24年4月1日から高額な外来診療を受けたとき、限度額適用認定証や被保険者証などを提示すれば、限度額を超える分を支払う必要がなくなり、ひと月の医療機関などの支払いが一定の金額にとどめることができます。また、保険薬局、指定訪問看護事業者についても同様の

取り扱いを受けることができます。

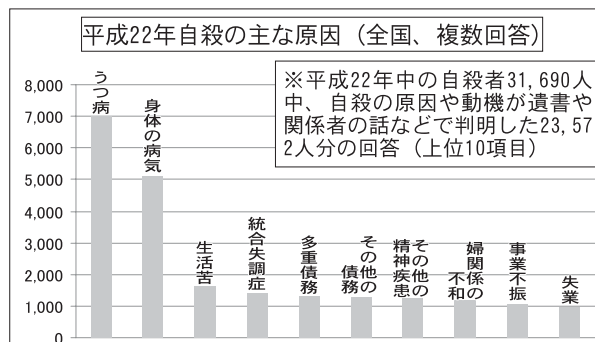
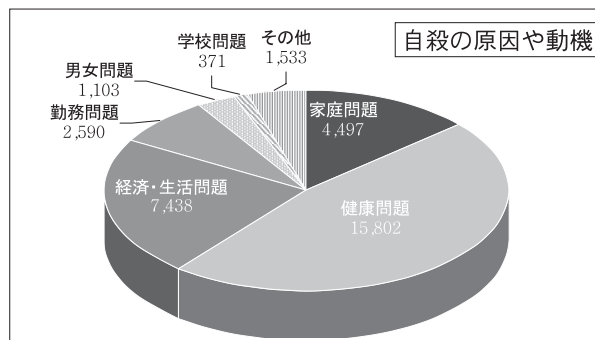
70歳未満の方と70歳以上の非課税世帯などの方は、事前に医療保険者から限度額適用認定証などの交付を受ける必要がありますので、詳しくは加入している医療保険者にご相談ください。

■問い合わせ 村住民福祉課 係 ☎ 49-3113

3月は自殺対策強化月間です 早く気づいて！心の病気を

3 月は、一年間の中で最も自殺者が多い月です。進学や就職、転勤や異動、転職などに伴う生活環境や人間関係、家庭内や職場内、社会での立場や役割などの環境の変化が大きくなる月で、精神面が極度に不安定になりやすいことが理由として考えられます。

■知っていますか？自殺の現状 日本での自殺者数は、平成10年以降、12年連続して3万人を超え、深刻な社会問題となっています。本人の遺書やメール、あるいは生前の言動によるもので裏付けがあったものを集計した結果、自殺の原因や動機は「健康問題」が最も多く、次いで「経済・生活問題」、



「家庭問題」の順となっています。(図1) また、具体的な内容を見ると、自らの命を絶つた人の多くは何らかの心の病気を抱えていたことがわかっています。(図2) 自殺の原因や動機となった問題を含め、過度のストレスが心

■自殺対策の取り組み

地域における自殺対策力の強化を図るため、県では「自殺対策緊急強化基金事業」として、市町村に補助金を交付しています。村では、この基金事業を活用し、平成23年度は次の取り組みを行いました。

◎小・中学校でのいのちの教育

命の大切さを伝える普及啓発事業として、いのちの大切さを伝える本やDVDを購入しました。これらは、各小中学校と村教育委員会が保管し、閲覧や貸し出し、また授業の題材として活用しています。

◎うつの自己チェックの啓発

うつの自己チェック表を印刷したポケットティッシュを作成し、献血などの機会に配布します。

◎自殺対策強化月間に合わせたパンフレットを作成・配布

心の病気に関するパンフレットを各家庭に配布します。心の病気として多い「うつ病」「依存症」「統合失調症」の原因や症状、対応方法、心の不調に気づいたときの自分自身や身近な人たちができること、身近な相談機関の案内が掲載されています。

家族でご覧いただき、心の病気に理解を深め、心の健康づくりに、また自殺予防のために活用ください。

■問い合わせ 村住民福祉課 係 ☎ 49-3113



いのちの大切さを伝える学習