

ノロウイルスによる 感染性胃腸炎に注意!



ノロウイルスは、冬季を中心に発生する感染性胃腸炎の原因となるウイルスです。

ノロウイルスは手指や食品などを介して人に感染し、嘔吐（おうと）、下痢（げり）、腹痛、発熱などの症状を引き起こします。かつては**おなかの風邪**、今は**嘔吐下痢症**などと呼ばれている症状です。ほとんどの方は軽症で回復しますが、子どもやお年寄りなどは、重症化する場合があります。



【問い合わせ先】

健康介護支援課 ☎52-9281

【予防対策と注意事項】

- (1) 食事の前やトイレの後には、必ず石鹸でよく手を洗いましょう。
- (2) 生の肉や魚介類を調理した調理器具はしっかりと洗い、熱湯などで消毒をしましょう。
- (3) 下痢や嘔吐などの症状がある場合は、食品を直接取り扱うことは控えましょう。
- (4) 下痢や嘔吐の激しい場合は、脱水症状を起こさないように水分を補給してください。むやみに市販の下痢止めなどを使用せず、早めに医療機関を受診しましょう。
- (5) 加熱が必要な食品はしっかり加熱して食べましょう。カキなどの魚介類の生食は、高齢者や乳幼児の方は避けましょう。
- (6) 症状のある方の便や嘔吐物には、大量のウイルスが含まれていますので、直接手で触れないようにしましょう。
- (7) 消毒には加熱や家庭用塩素系漂白剤が有効です。便や嘔吐物の付着には約50倍希釈、調理器具やおもちゃには約250倍希釈で消毒します。容器に記載の使用上の注意等をよくご覧ください。消毒用アルコールは効果がありません。

地籍調査事業成果の 閲覧について

平成22年度に調査した区域について、地籍図原図案および地籍簿案を作成しました。この調査の成果について次のとおり閲覧を行います。

対 象 区 域	閲 覧 場 所	
物部町大柝の一部	市役所建設課	
物部町仙頭の一部分	物部森林組合	
香北町五百蔵および有瀬の各一部分	市役所建設課	※3/3(土)、3/9(金)は有瀬集会所
香北町河野の一部分	香美森林組合	※3/3(土)、3/11(日)は閲覧可
土佐山田町西後入の一部分 ※区域によって閲覧場所が変わります。	香美森林組合 または 市役所建設課	※2/29(水)は西後入公民館 ※3/11(日)は佐岡地区多目的集会所

期 間 2月23日(木)～3月14日(水) 9時～12時・13時～17時
※上記以外の土日をはのぞく。出先は9時30分～12時、13時～16時30分まで。

問い合わせ先 物部森林組合 ☎58-2100 香美森林組合 ☎59-2004
建設課地籍調査班 ☎53-3118

広 告

借金問題 悩まず相談!

返済でお困りの方・利息を払い過ぎたとお感じの方? 完済後10年以内は過払金を請求できる場合があります!
高知の司法書士が最後まで、まごころを込めて対応致します。遠くの専門家より、いつでも話せる近くの専門家へご相談ください。

※司法書士法第3条に定める範囲に限ります。※依頼内容によっては、お受けできない場合がございます。

司法書士 法人 **ココロ法務事務所**
KOKORO OFFICE OF JUDICIAL AFFAIRS

☎0120-793-036

高知市はりまや町1丁目5-1 デンテソーターミナルビル5階
(高知県司法書士会所属登録番号第319号) (一般相談代理店関係業務認定番号 第712007号)

司法書士 安藤 佳隆

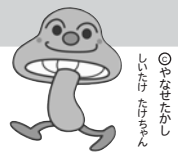
日曜相談 出張相談も OKです! (要予約) 相談 無料

悩まず相談! 無 く そ う ゼ ロ 債 務

新成人の皆さん おめでとうございます 20歳になったら国民年金

日本に住む20歳から60歳未満のすべての人は国民年金に加入し、保険料を納めることになっています。

公的年金制度は、現役世代が納める保険料で高齢者の方の年金を負担するという「世代と世代の支え合い」が基本です。



国民年金(基礎年金)の3つのメリット

- 老齢基礎年金**
老後を支えます。
- 障害基礎年金**
病気やケガで障害の状態になったときに支えます。
- 遺族基礎年金**
加入者が亡くなったとき、子のある配偶者、子を支えます。

国民年金(基礎年金)の種類と保険料

日本の公的年金制度は、2階建て構造になっており、国民年金(基礎年金)の1階部分と厚生年金保険などの2階部分から構成されています。国民年金(基礎年金)には次の3種類があります。

被保険者の種類	第1号被保険者	第2号被保険者	第3号被保険者
対 象 者	自営業の方、農林漁業の方、学生の方など	会社員、公務員など	第2号被保険者に扶養されている配偶者
保 険 料	国民年金保険料 【定額】15,020円 (平成23年度)	厚生年金保険料率 16.412% (平成23年9月現在) 労使折半で保険料負担	被保険者本人は保険料負担を要しない。 配偶者の加入している年金の保険者が負担。

■加入手続きについて

加入の手続きは、お住まいの市役所または年金事務所で行ってください。
(20歳前に就職して厚生年金等に参加中の方は、加入手続きは不要です)

■支払いが難しいとき

学生の方や収入が少なく保険料の納付が困難な方の場合、**学生納付特例**(対象=学生)や**若年者納付猶予**(対象=30歳未満の方)など**保険料の支払いを猶予する制度**があります。市役所で国民年金の加入手続きと併せて申請してください。

■国民年金保険料の納付は、口座振替がおトクです

国民年金は、銀行・郵便局・農協・コンビニエンスストアなどの窓口で納められるほか、口座振替がご利用できます。

口座振替の場合、保険料が自動的に引き落とされるので金融機関などに行く手間が省ける上、納め忘れもなく、とても便利です。

また、口座振替には、当月分保険料を当月末に引き落とさせていただくことにより、月々50円割引

される早割制度や、現金納付よりも割引額が多い1年前納・上期6カ月前納(手続きは2月末まで)、下期6カ月前納(手続きは8月末まで)※もあり、大変お得です。

口座振替をご希望の方は、納付書または年金手帳・通帳・金融機関届出印を持参のうえ、ご希望の金融機関または年金事務所へお申し出ください。
※上期(4月分～9月分)、下期(10月分～3月分)

■年金手帳は大切に保管しましょう

公的年金制度では、すべての制度に共通して使用される基礎年金番号が用いられています。

国民年金や厚生年金に加入すると基礎年金番号が記載された年金手帳が交付され、加入記録や保険料

の納付状況などが、この番号で管理されます。
年金手帳は、年金に関する手続きの際に必要なとなりますので、大切に保管してください。