

年金だより

◆問い合わせ先

南国年金事務所 ☎088-864-1111

保険料の控除証明書が発行されます

～年末調整・確定申告まで大切に保管を！～

国民年金保険料は、所得税および住民税の申告において、全額が社会保険料控除の対象となります。

今年1月から9月末までの間に、国民年金保険料を納付された方へ、11月上旬に、日本年金機構から『社会保険料（国民年金保険料）控除証明書（以下、控除証明書）』が送付されます。年末調整や確定申告の際には、必ずこの控除証明書または領収証書を添付してください。

また、10月から12月末までの間に、今年初めて国民年金保険料を納付された方の控除証明書は、来年の2月上旬に送付されます。

なお、ご家族の国民年金保険料を納付された場合も、ご本人の社会保険料控除に加えることができますので、ご家族あてに送られた控除証明書を添付の上、申告してください。

控除証明書についてのご照会は、控除証明書のはがきに表示されている年金事務所へお問い合わせください。

年金受給者のみなさん

扶養親族等申告書は

期限までに提出しましょう！

高齢や退職を支給事由とする年金は、雑所得として所得税の課税対象とされています（障害年金と遺族年金は課税されません）。

課税対象となる受給者の方には、毎年11月上旬までに日本年金機構から『扶養親族等申告書』が送付されます*ので、期限までに必ず提出してください。

この申告により、翌年中に受けられる年金にかかる所得税の源泉徴収税額が決まります。提出を忘れると各種控除が受けられず、所得税の源泉徴収税額が高くなる場合がありますので、ご注意ください。

また、年金以外に収入がある方は確定申告が必要です。

*年金額が108万円（65歳以上の方は158万円）未満の方は所得税が非課税のため、扶養親族等申告書は送付されません。

【提出期限】11月30日（金）

国保からのお知らせ

加入・脱退の手続き

次に該当する場合は、**14日以内**に届出をしてください。

国保に加入するとき

◆例えば…

- ①会社を退職したとき
- ②家族の健康保険の扶養家族でなくなった場合など

◆手続きに必要なもの

- ①健康保険資格喪失証明書
- ②認め印

*60歳から64歳までの方のうち、厚生年金または共済年金の受給手続きを済まされている方で、その加入期間が20年以上、もしくは40歳以降に10年以上加入していた方は、退職者医療制度の対象となります。年金証書または、ねんきん特別便、年金の被保険者記録回答票をご持参ください。

国保を脱退するとき

◆例えば…

- ①会社に就職して、職場の健康保険に加入したとき
- ②家族の健康保険の扶養家族になったときなど

健康保険の扶養に認定されると、認定月から国保税がかからなくなります。詳しくは、事業所または加入している保険者にお問い合わせください。

◆手続きに必要なもの

- ①新しくできた健康保険証
- ②国民健康保険被保険者証
- ③認め印
- ④高齢受給者証（70歳以上の方）
- ⑤限度額認定証等（お持ちの方）

一部負担金の減免制度

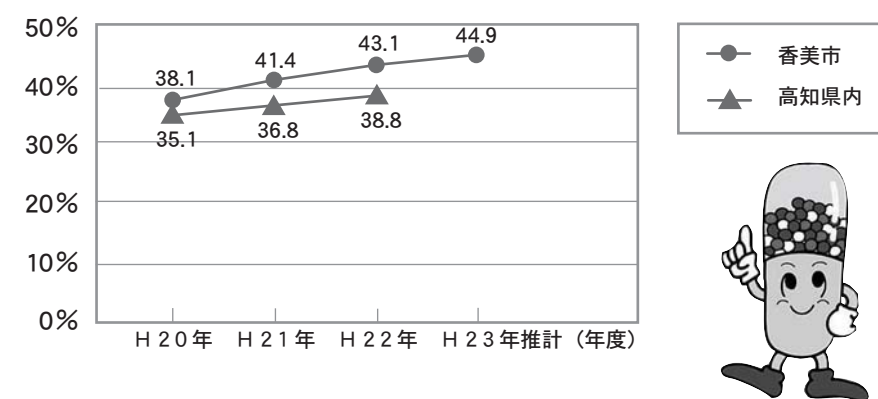
災害等により特別の事情のある方で、保険医療機関を受診する際、一部負担金の支払いが著しく困難な場合、一部負担金の減免を受けられる場合があります。詳細については、お問い合わせください。

メタボリックシンドローム※1になると、高血圧・脂質異常・糖尿病のために薬を服用し、治療することになります。特定健診受診者の生活習慣病関連治療者※2とその治療状況は次のとおりです。

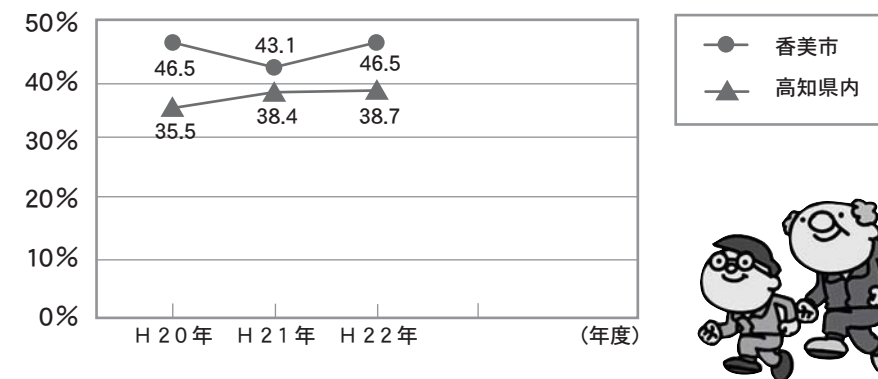
※1 肥満症に加え、高血糖や脂質異常のリスクが重なること。

※2 高血圧症・高脂血症・糖尿病の薬剤を服薬中の方。

生活習慣病関連治療者の割合



治療状況が良い方の割合



平成20年度に特定健診が開始とってから、毎年、生活習慣病関連の治療者の割合が増加してきています。

平成22年度は、治療者の割合が県平均よりも4.3%高くなっています。一方、治療状況が良い方の割合は県平均より10%程度高くなっています。

香美市では生活習慣病関連の治療者の割合は高くなっていますが、治療を行って値が正常になっている方の割合も高く、適切に治療されている傾向があります。

メタボリックシンドロームになると、血管が傷つけられます。血

圧が高いと血管の内膜が傷つき、脂質・血糖値が高いと傷ついた内膜から、脂肪や糖がしみ込んで血管の内壁が厚くなり、血液の流れが悪くなります。その結果、脳梗塞や心筋梗塞などの血管の病気になる可能性が増加します。

治療をしていても、毎年特定健診を受診して、適切に治療がされているのが、他に異常がないかなど確認する必要があります。

治療ができていると、合併症や他の病気の予防にもつながりますので、自己判断で中止することがないように、かかりつけ医と相談しながら治療を続けてください。

国保だより

特定健診結果②

特定健診はいつも病院にかかられている方にも受診していただいています。薬などを服用している方も、治療状況の指標にもなりますので、1年に1回は健診を受けましょう！

◆問い合わせ先 市民保険課 保険班

健康介護支援課 保健支援班

☎52-9282
☎53-3115

家族の健康のため、地域の健康づくりの第一歩に、特定健診を受けましょう！



生活習慣病関連の治療者が増えています