

高齢者用肺炎球菌定期予防接種のご案内

高齢者用肺炎球菌定期予防接種についてお知らせします。

- 1. 対象者**
 - ①平成30年度中に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方（右記の表をご参照ください）
 - ②60歳以上65歳未満で心臓、腎臓若しくは呼吸器の機能障害がある方
- ※過去に一度でも町の助成を受けて接種された方は、定期予防接種の対象外となります。
- 2. 接種期間**
平成30年4月1日～平成31年3月31日
- 3. 接種費用**
自己負担 5,000円
*定期接種該当の方には健康いきいき課より『嵐山町予防接種券』を送付いたします。
問合せ：健康いきいき課 ☎62-0716

対象年齢	
65歳	昭和28年4月2日～昭和29年4月1日生まれの方
70歳	昭和23年4月2日～昭和24年4月1日生まれの方
75歳	昭和18年4月2日～昭和19年4月1日生まれの方
80歳	昭和13年4月2日～昭和14年4月1日生まれの方
85歳	昭和8年4月2日～昭和9年4月1日生まれの方
90歳	昭和3年4月2日～昭和4年4月1日生まれの方
95歳	大正12年4月2日～大正13年4月1日生まれの方
100歳	大正7年4月2日～大正8年4月1日生まれの方

町民課 70歳以上の医療に 500円

国保に加入している人が70歳になると、「高齢受給者証」が交付されます。お医者さんにかかるときは、保険証と一緒に窓口に提示してください。自己負担額や自己負担限度額が変更になります。

《70歳になったとき》
70歳の誕生日の翌月から（誕生日が1日の人はその月から）、保険証と高齢受給者証を提示して医療を受けます。

《75歳になったとき》
75歳の誕生日当日から、後期高齢者医療制度で医療を受けることとなります。「後期高齢者医療被保険者証」が交付されます。その際、国保保険証と高齢受給者証については、すみやかに返却してください。



町民課 4月から国民年金保険料額が変わります

平成30年4月から、国民年金保険料は前年度と比べ150円引き下げられ月額16,340円となります。

保険料は一人当たりの賃金の伸び率・物価に応じて改定されます。
年金を支える力と給付のバランスをとるために、皆様のご理解をお願いいたします。

川越年金事務所 保険料の二重納付に ご注意ください

平成30年度から初めて口座振替による前納申し出をされた場合、システム処理の時期によって、現金で納める納付書が届いてしまう可能性があります。
前納保険料が口座振替される前に現金で納付された場合は、現金納付が優先され、口座振替による前納割引を利用することができなくなりますのでご注意ください。
（口座振替分については、後日、日本年金機構より還付手続きについての案内が届きます。）
納付方法について確認された場合は、川越年金事務所へお問い合わせください。

問合せ 川越年金事務所
☎049-1242-12657

町民課 国民年金保険料を 後払いできる 学生納付特例制度

20歳以上であれば、学生であっても国民年金に加入し、保険料を納めることになっていきます。しかし、経済的に保険料を納めることが難しい場合は、保険料を後払いにできる「学生納付特例」の制度があります。
申請手続きについて
下記の必要書類等をご準備の上、嵐山町役場町民課またはお近くの年金事務所にてお手続きください。

- ①学生証（在学期間が確認できるもの）または在学証明書
 - ②年金手帳（初めて国民年金に加入する方で、加入の届出と一緒に申請するときは不要です）
 - ③認印（本人が署名する場合は不要です）
 - ④会社などを退職されて学生となった方は次のいずれかを添付する必要があります。
 - ・雇用保険被保険者離職票
 - ・雇用保険受給資格者証
 - ・雇用保険被保険者資格喪失確認通知書
- 特例制度のポイント

・申請期間及び承認期間…申請は年度ごとに必要となり、平成30年度の申請及び承認期間は、平成30年4月（または20歳の誕生日）から平成31年3月までとなります。

・継続申請…前年度に学生納付特例が承認され、今年度も引き続き同一の学校に在学期間がある方（※1）には日本年金機構からハガキ形式の申請書が送付されます（※2）。この場合は申請書に必要事項を記入していただき、返送していただくことで申請が行えます。

※1 在学する学校等が変わった方については、ハガキ形式の申請書では申請を行えませんが改めて窓口にて申請する必要があります。

※2 前年度に申請された時期によっては、ハガキ形式の申請書が送付されない場合がございますのでこの場合も改めて窓口にて申請をしてください。

学生納付特例期間の年金「納付」と「学生納付特例」と「未納」は下記のように異なります。
・障害基礎年金及び遺族基礎年金を受給するためには一定の受給要件があります。
・学生納付特例が承認された期間の保険料は、10年以内（例…平成30年4月分は平成40年4月末

まで）であれば古い期間から順に追納が可能です。ただし、承認を受けた年度の翌年度から起算して、3年度目以降は、当時の保険料に一定の金額が加算されます。
・保険料の追納には、申し込みが必要となりますので、年金事務所または役場町民課保険・年金担当までお問い合わせください。

川越年金事務所
☎049-1242-12657
町民課 保険・年金担当
☎62-12154

	納付	学生納付特例	未納
障害基礎年金・遺族基礎年金（受給資格期間）	入ります	入ります	入りません
老齢基礎年金	受給資格期間	入ります	入りません
	年金額に計 算	入ります	入りません

栄養コーナー ～嵐山の味メニュー94～ 春野菜と豚肉の茹でサラダ



アスパラガスは、体内でアスパラギン酸というアミノ酸にかわる「アスパラギン」を多量に含んでいて、この成分が働くことで滋養強壮や体力回復、美肌に効果を発揮します。また、免疫力を増強させる力もあるとされています。最近ではアメリカやメキシコからの輸入物が季節を問わず出回っていますが、国内では春から初夏が旬の時期です。茎が太くて色の濃いものを選ぶのがおすすめです。今回はアスパラガスを使いますが、茎が似ているのらぼう菜でもおいしくいただけます。

- <1人分の栄養価>
エネルギー 244kcal たんぱく質 19.5g 脂質 11.5g
カルシウム 64mg 塩分 1.9g
- <材料>2人分
グリーンアスパラ 4本（又は、のらぼう菜） 人参 50g
大根 70g 豚うす切肉（しゃぶしゃぶ用）160g
レモン 小1個（又はライム）
A(みりん 小さじ1 醤油 大さじ1と1/3 白ワイン 小さじ1)

- <作り方>
①アスパラは根元・ガクを取り除き、縦4等分に切る。人参、大根はピーラーでリボン状にそぎ切る。
②①を茹で、ざるに上げる。その湯で豚肉をほぐして茹で、水にとり、冷ます。
③レモンを1/2に切り、半分は果汁をしぼり、残りは果肉を細かくうす切りにする。
④Aをレンジで1分加熱して冷まし、レモン汁と合わせる。②の水気をふき取り、レモンの果肉と合わせ混ぜ、盛り付ける。
(協力：味の会)

Peace pieace (ピース) 通信 vol.1
まもなく、嵐山さくらまつり・花火大会が開催されますね。新学期のスタートに華やかなイベントのさくらまつり、ぜひ遊びに来てください！スタートと言えば、4月よりカラオケまねきねこにて『すきドル5』がスタートします。『すきっと』という機械でPieaceの曲が歌えますので、ぜひ一度歌ってみてください。
☆今後の予定☆ 4月7日(土) 嵐山さくらまつり
4月29日(日) 春の芸能大会

Peaceプロジェクト