

保険・年金・医療

医療費適正化にご協力ください

▼問合せ 町民課

☎ 62-2154

国民医療費は年々増加傾向にあり、このまま医療費が増え続けると、国民健康保険の財政にも大きな影響を及ぼします。少しでも不要な医療費をなくすよう、ご協力をお願いします。

①かかりつけ医を持ちましょう
日頃から、自分や家族の病気の治療や、医療の相談にのってもらえる「かかりつけ医」を持ちましょう。

②休日や夜間の受診を控え、「はしご受診」は避けましょう
緊急でもないのに割増料金のかかる休日や夜間に受診したり、同じ病気で複数の医療機関にかかる「はしご受診」は、その都度初診料や検査費用がかかるので、いずれも医療費増加の原因となります。

③自己判断で治療をやめないようにしましょう
自己判断で治療途中に通院をやめ、再度受診する場合、初診料を再度支払わなければなりません。

④ジェネリック医薬品を活用しましょう
医師や薬剤師と相談し、可能なら積

極的に活用しましょう。

⑤健康診断・各種がん検診を受け、病気の早期発見・治療に努めましょう。
生活習慣病などは、自覚症状が現れにくいので早期発見には健診が重要です。

⑥マスク着用・手洗い・うがいを徹底しましょう。

令和2年度は、新型コロナウイルス感染拡大下ではありましたが、マスク着用・手洗い等の徹底により、インフルエンザウイルスの流行が抑えられました。その結果、医療費の減少にも大きな効果が現れました。できることからしっかりと、引き続き、皆さまのご協力をお願いします。

11月は「ねんきん月間」、
11月30日は「年金の日」

▼問合せ 町民課

☎ 62-2154

日本年金機構では、厚生労働省と協力して、毎年11月を「ねんきん月間」と位置付け、公的年金制度の普及・啓発活動を積極的に行っています。

また、11月30日（いいみらい）を「年金の日」とし、ねんきんネット等を活用して自身の年金記録や年金受給見込み額を確認し、老後の生活設計に思いを巡らしていただくことを目的としています。

社会保険料（国民年金保険料）
控除証明書が送付されます

▼問合せ ねんきん加入者ダイヤル
☎ 0570-0031004
（ナビダイヤル）

年末調整や確定申告で国民年金保険料を申告する際は、「社会保険料国民年金保険料控除証明書」の添付が必要です。1月1日から9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方は本年11月上旬、10月1日から12月31日までの間に今年初めて納付された方は来年度の2月上旬に日本年金機構本部から順次送付されますので、申告の時まで大切に保管してください。

①国民年金保険料は、全額が社会保険料控除の対象です。

②控除証明書に記載されている月以外の保険料を12月31日までに納付した場合は、「領収証書」を添付することとで今年分として申告できます。

③ご家族の国民年金保険料を納付された場合は、納付した方がその保険料を申告することができます。ご家族あてに送られた控除証明書を添付のうえ申告してください。



引田明子 プロフィール

嵐山町出身。東京音楽大学を経て2005年渡独。ドイツカッセル市立音楽院、ドイツ国立ミュンスター大学大学院を経て、現在はドイツを拠点にピアノ、チェンバリスト、聖ウンターノイシュタット教会専属オルガニストとして、3つの異なる鍵盤楽器で演奏に取り組んでいる。2017年、教育文化功労賞を受賞。2019年、ドイツ永住ビザ取得、現在ドイツ、カッセル在住。

皆様こんにちは。日本は第100代の総理大臣に岸田文雄さんが就任されましたね。

ドイツでも9月26日にドイツ連邦選挙の投票が行われ、メルケル首相を引き継ぐ次世代のリーダーの誕生を今か今かと見守っています。4期16年の長き

に渡り人権問題やコロナ対策に心血を注がれたメルケル首相もいよいよ退陣です。2005年のメルケル政権発足と同年にドイツ留学した私としては、様々な思い入れや感情が今蘇ります。政権交代はするものの、世界中に今なお蔓延するコロナは、決してその威力を緩めることはありません。ドイツでは3G



室内楽コンサートリハーサルの様子
※室内楽：弦、管楽器や声楽とピアノの三重奏(トリオ)や四重奏(カルテット)のこと

ルールというものを定め（ワフチン接種者、回復者、及び検査による陰性証明者のそれぞれ頭文字をとったもの）8月下旬に導入しました。

10万人に対して過去7日間の新規感染者が35を超えた場合は3Gルールが適用されます。例えば室内における活動の際（病院、施設の訪問、文化、スポーツ行事、結婚式等の祝い事、フィットネス、美容サロン等）、ワフ

チン未接種者は陰性証明書を提示しなければならず、抗体検査では24時間以内、PCR検査では48時間と定められています。学校においては定期的に簡易テストが無料で行われています。

この7日間指数を基準に感染者の少ない州では、マスク義務の廃止や人との1.5メートルのディスタンスや私的な集まりの人数制限等が撤廃されました。スイツケースで移動する旅行者も多く見かけるようになり、ほぼ以前の生活と見紛うほどです。私も一週間後はコンサートがあります。クワのプレス用写真撮影や広報活動をして頂き緊張感が湧いてきています。結婚式礼拝でのオルガン演奏や合唱、バレエの伴奏等これまでの仕事もほぼ再開しました。

今までの様な生活を取り戻すために、対コロナに様々な知恵を出し合い、模索する時に突入したのかも知れません。いま世界中の人々が前を向いて歩み始めています。



新型コロナウイルス感染症の状況により、中止や延期となる可能性があります。



パープル・ライトアップ

NWECでは、内閣府の「女性に対する暴力をなくす運動」期間の11月12日（金）から25日（木）に、女性に対する暴力根絶のシンボルであるパープルリボンにちなんでパープル・ライトアップを実施します。

このライトアップには、女性に対するあらゆる暴力の根絶を広く呼びかけるとともに、被害者に対して、「ひとりでは、まず、まずは相談してください」というメッセージも込められています。

NWECグローバルセミナー

「ジェンダーに基づく暴力との闘いーコロナ危機からのより良い復興に向けて」として、「NWECグローバルセミナー」を開催します。

基調講演では、コロナ禍で脆弱な立場に置かれた女性と少女への支援について、専門家から報告をいただきます。

パネルディスカッションでは、女性と少女に対する暴力をなくすために、どうすればよいかわ、有識者が議論を交わします。

また、海外の取組紹介として、オランダからは「ラップ」、ルワンダからは「ドラム演奏」を、当事者による表現活動とエンパワメントに関する動画を掲載します。

基調講演と海外の取組紹介は、12月1日（水）21日（火）に令和3年度「男女共同参画推進フォーラム」内のグローバルセミナー特設ページにて配信、パネルディスカッションは12月16日（木）に同ページ内でzoomライブ配信にて開催します。

問合せ 国立女性教育会館研究国際室
☎ 62-6437

無料体験学習

そろばん 5才児より

明るく楽しい教室です！
お気軽にお問合せください

◎1か月10回まで通塾可 ◎月謝：幼児 5,000円・小学生 6,300円 ◎詳しくは、**新井塾**（そろばん）☎0493-62-7077・090-1201-0615 比企郡嵐山町菅谷 249-28 広告

☆令和2年度 低学年優秀生徒表彰☆ 全国珠算教育連盟埼玉県支部主催による
小学3年生以下で、そろばん、あんぎんの検定試験3級以上に合格した生徒に贈られる特別な賞です。

嶋崎 梨紗 (七郷小)	新行内主吾 (志賀小)	田中 柊真 (八和田小)	三浦 叶大 (月の輪小)	横島 聖真 (江南南小)
----------------	----------------	-----------------	-----------------	-----------------

新井塾そろばんで検索