

最後に歯科健診を受けたのはいつだろう…今、受けよう!20歳の歯科健診

祝!ハタチ
費用:¥0

むし歯・口臭・歯の色・歯肉炎・親しらず…気になっていませんか?

- 【対象者】 平成11年4月1日～平成12年3月31日生まれの方、対象者には5月に受診券を送付しています。
 【内容】 むし歯や歯肉炎の有無、歯石の付着や歯並び等の診察、結果に応じた指導
 【実施期間】 令和2年1月31日まで 【実施場所】 市内すべての歯科医療機関

●20代は「歯ぐきの衰え」が始まる時期です。

仕事やプライベートに忙しく、若さに任せて無理をしてしまいがち。また、健康に関心が向きづらい年代のため、むし歯や歯周病が進行しやすい時期でもあります。

●20代の約7割が歯周病! ※H28年厚生労働省歯科疾患実態調査
 ……なのに、自覚がない人が多いのはなぜ?



- 疲れや睡眠不足が続くと、歯ぐきをはれたり出血するのに、しばらくすると治る…そんな経験を繰り返していませんか。
- 歯周病は歯周ポケットに歯周病菌がたまり、炎症が起こる感染症です。体の抵抗力の回復により、歯ぐきの症状が治まることもあるため「治った」と思い込み、初期症状を見逃してしまいます。
- 歯周ポケットの細菌の巣を自分で清掃することは困難です。歯ぐきの腫れや出血、口臭に気づいたら、早めに受診をしましょう。

この健診をきっかけに、かかりつけ歯科医を持って、汚れた歯や口臭とは無縁の20代をスタートさせよう!

【問】国保・健康課(健康係) ☎(0879)26-9908

街角の年金相談センターの年金相談 予約不要

9月17日(火) 10:00~15:00
 長尾公民館2階研修室

運転免許証等の本人確認書類、基礎年金番号がわかる年金手帳、年金証書、印鑑等をお持ちください。
 (代理人がお越しになる場合は委任状と委任状に押印した印鑑が必要となります)

【問】街角の年金相談センター高松オフィス
 (平日8:30~17:15) ☎(087)811-6020

年金事務所の出張年金相談 予約制

8月27日(火) 10:00~15:00
 大川公民館第1会議室

9月26日(木) 10:00~15:00
 寒川庁舎101会議室

年金手帳、年金証書、印鑑等をお持ちください。
 (代理人がお越しになる場合は委任状と委任状に押印した印鑑が必要となります)
 *予約制ですので、事前に高松東年金事務所までご連絡ください。

【問・申】高松東年金事務所お客様相談室
 (平日8:30~17:15) ☎(087)804-0508

日本年金機構からのお知らせ

国民年金保険料納付猶予制度について

20歳から50歳未満の方で、本人・配偶者の前年所得(1月から6月までに申請される場合は前々年所得)が一定額以下の場合には、ご本人から申請書を提出いただき、申請後に承認されること、保険料の納付が猶予されます。これを納付猶予制度といいます。所得が少ないなどにより、保険料の納付が困難な場合は、納付猶予制度の他にも、免除制度等もありますので、市役所の国民年金窓口へご相談ください。

日本年金機構では、国民年金保険料を納付期限までに納めていただけない方に対して、電話、書面、面談により早期に納めていただくよう案内をおこなっております。

未納のまま放置されると、強制徴収の手続きによって督促を行い、指定された期限までに納付がない場合は、延滞金が課されるだけではなく、※納付義務のある方の財産を差し押さえることがあります。

※納付義務者は被保険者本人、連帯して納付する義務を負う配偶者および世帯主です。

国民年金保険料の免除期間・納付猶予期間がある方へ

国民年金保険料の免除(全額免除・一部免除・法定免除)、納付猶予、学生納付特例の承認を受けられた期間がある場合、保険料を全額納めた方と比べ、老齢基礎年金(65歳から受けられる年金)の受け取り額が少なくなります。

将来受け取る老齢基礎年金額を増額するために、免除等これらの期間の保険料については10年以内であれば遡って納める(追納すること)ができます。

ただし、免除等の承認を受けられた期間の翌年度から起算して3年度目以降の追納の場合、当時の保険料額に一定の加算額が上乗せされます。

追納は、古い月ものから納付することとなりますが、次の点にご注意ください。

- ・一部免除を受けた期間は、納付すべき保険料が納付されていなければ追納はできません。
- ・法定免除・申請免除期間が「納付猶予・学生納付特例期間」より先に経過した月分である場合は、どちらを優先して納めるか本人が選択できます。

追納のお申し込みを希望される方、またはご相談については、お近くの年金事務所へお願いします。

【問】高松東年金事務所国民年金課 ☎(087)861-3866