

3月は自殺対策強化月間です。

支え合おう 心といのち

わたしたちができること・・・

まずは、声をかけあうことから始めてみませんか？



気づき

家族や仲間の変化に気づいて、声をかける。

傾聴

本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける。

つなぎ

早めに専門家に相談するよう促す。

見守り

温かく寄り添いながら、じっくりと見守る。

ひとりで悩まず、相談を！

♥登米いのちホッとテレホン

☎ 0120-870-108 (24時間受付)

♥登米市多重債務者無料法律相談

(予約) 登米市消費生活相談窓口

☎ 0220 (34) 2308

♥登米安心サポートローン

多重債務状態に陥っている人などを救済するため、市が提携した金融機関が融資を行います。

(申し込み) 上記の登米市多重債務者無料法律相談で相談の上、必要な人にご紹介します。

♥心の元気相談室

毎週月曜日・火曜日・金曜日 午前10時～午後5時

(場所) 登米市民病院 ※予約制・無料

(予約・問い合わせ)

各総合支所市民課または市民生活部健康推進課

☎ 0220 (58) 2116

♥こころの相談

広報とめ「健康&福祉 (31ページ)」をご覧ください。

【問い合わせ】

市民生活部健康推進課 ☎ 0220 (58) 2116



坂本 爽ちゃん
(迫町舟橋・洋さん)



小野寺 一香ちゃん
(迫町江合・光太さん)



伊藤 由衣ちゃん
(迫町西館・寿光さん)



袋 佳太くん
(迫町永田・昭二さん)



田中 俐旺くん
(迫町江合・慶彦さん)



鈴木 謙治くん
(迫町江合・政浩さん)



木村 佑汰くん
(迫町大網南・勝憲さん)

1月18日の3歳児健診(3歳6カ月～7カ月児)でむし歯がなかった子は、市内2地区で15人中7人でした

※ () 内には申し出があった保護者の名前を掲載しています。

国民年金だより

異動の時期は国民年金の届け出の時期です

年金の加入者は、職業などによって3つの種別に分かれており、20歳から60歳までの人で種別が変わる場合は、届け出が必要になります。

こんなとき	変更後の種別	届出先
-------	--------	-----

◆第1号被保険者
(学生・フリーター・自営業者・農業従事者などとその配偶者)

就職して、厚生年金や共済組合に加入したとき	第2号被保険者	勤務先
第2号被保険者である配偶者の扶養に入ったとき	第3号被保険者	配偶者の勤務先

◆第2号被保険者 (会社員や公務員など)

退職したとき	第1号被保険者	各総合支所市民課
退職して、第2号被保険者である配偶者の扶養に入ったとき	第3号被保険者	配偶者の勤務先

◆第3号被保険者 (第2号被保険者である配偶者に扶養されている人)

収入が増えるなどして、扶養から外れたとき	第1号被保険者	各総合支所市民課
扶養している配偶者が65歳になったとき	第2号被保険者	勤務先
就職して、厚生年金や共済組合に加入したとき	第2号被保険者	勤務先
扶養している配偶者の加入する年金制度が変わったとき	第3号被保険者	配偶者の勤務先

国民年金の「付加年金制度」をご存知ですか？

定額の保険料15,020円(平成23年度)に月額400円を上乗せして納めると、将来受け取る老齢基礎年金に付加年金が加算されます。

付加保険料は、申し出をした月分からお支払いいただけます。最寄りの総合支所市民課または、年金事務所です手続きをしてください。

●付加年金額(年額) = 200円 × 付加保険料を納付した月数

例えば、付加保険料を10年間納付したとき・・・

○付加保険料の納付額 400円 × 12月 × 10年 = 48,000円

○付加年金額(年額) 200円 × 12月 × 10年 = 24,000円

※国民年金基金に加入している人、保険料の免除を受けている人は、付加保険料を納めることができません。

※付加保険料を納期限までに納められなかった場合、該当月分から付加保険料を納めることができなくなります。再度、納付を希望する場合は、改めて申し出が必要です。

【問い合わせ】 市民生活部国保年金課 年金医療係 ☎ 0220 (58) 2166
古川年金事務所国民年金課 ☎ 0229 (23) 1204

「春の全国火災予防運動」を実施します(3月1日～7日)

【防火標語】

消したはず 決めつけしないで もう一度

これから春先にかけて、空気が乾燥し、火災の発生しやすい気候になります。毎年これからの時期、市内では、枯れ草などの火災が多く発生しています。

尊い生命と大切な財産を守るため、火災予防に努めましょう。

また、火災からあなたを守る「住宅用火災警報器」を設置しましょう。

【問い合わせ】 消防本部予防課 予防建築係 ☎ 0220 (22) 1900

暮らしの情報

県登米保健福祉事務所 (保健所) 健康相談など

プライバシーは守られますので、安心してご相談ください。

【3月の相談日】

日程	事業名
22日(木)	精神保健福祉相談 (こころの相談) 13:30～15:30 1階クリニック室

【相談料】 無料

【会場】 県東部保健福祉事務所登米地域事務所

【注意事項】 必ず予約が必要です。日程など変更する場合がありますので、予約の際に確認してください。

【その他】 保健師による相談も随時受け付けています。

【予約先・問い合わせ】

県東部保健福祉事務所登米地域事務所 母子・障害班 ☎ 0220 (22) 6118

年金相談所開設

年金の申請手続き、支払内容、加入状況など、年金に関する相談に応じます。

【3月の開設日】 3月22日(木)

【時間】 午前9時30分～正午 午後1時～3時30分

【場所】 迫庁舎1階会議室

【問い合わせ】 古川年金事務所 ☎ 0229 (23) 1204