



気温の高い日は 熱中症に 注意してね

7月から8月は真夏日や猛暑日といった気温の高い日が続き、熱中症になりやすい時期です。発症する前に正しい知識を持ち、早めの予防と対策をとりましょう。

★本庄市保健センター ☎2003

予防が大切

●暑さを避けましょう

屋外では帽子をかぶる、日傘をさす、日陰を選んで歩くなど、暑さ対策をしましょう。

●こまめに水分・塩分を補給しましょう

のどが渇かなくても、水分や塩分をこまめに補給しましょう。

●服装に気をつけましょう

通気性の良い明るい色調の生地で、肌に密着せず、首や手足にゆとりのあるものを選びましょう。

●節電を意識するあまり、熱中症予防を忘れないようにしましょう

気温や湿度が高い日には、無理せずエアコンなどの冷房機器を使用しましょう。

●互いに呼びかけることが大切です

自分だけでなく、近所や知り合いの人の体調にも気配りしましょう。特に、高齢者や乳幼児は、体温の調整が十分にできないため、十分な注意が必要です。

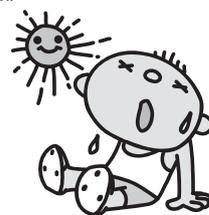
熱中症とは

熱中症は、暑さで体温を上手に調整することができなくなった状態で、めまいや頭痛、吐き気などの症状が見られます。

高温・多湿などの状況であれば、日中の炎天下だけでなく、室内や夜間でも発生することがあります。

《熱中症にかかりやすい人》

- ・高齢者
- ・乳幼児
- ・肥満の人
- ・暑さに慣れていない人
- ・病気や体調の悪い人



体調がおかしい と思ったら

- ・涼しい日陰や冷房の効いた涼しいところに移動しましょう。
- ・衣類を緩めて休みましょう。
- ・氷や冷たい水でぬらしたタオルなどで手足を冷やしましょう。
- ・体調が回復しない場合は、医療機関に相談しましょう。

7月から平成24年度の

国民年金保険料免除申請の受付が始まります

失業や所得が少なく、国民年金保険料を納めるのが困難なときは、免除制度や納付猶予制度がありますのでご利用ください。

制度の適用を希望する場合は、お早めに市民課年金保険係（市役所1階）又は市民福祉課市民係（総合支所1階）で手続きをしてください。

なお、昨年度に全額免除又は納付猶予が承認された人失業等による免除の特例認定者を除く）で、継続審査を希望している人は、平成24年度の申請は必要ありません。後日、年金事務所から郵送される通知で結果を確認してください。

保険料免除制度

対象 本人（学生を除く）、配偶者・世帯主の前年所得が一定額以下の人

承認期間 7月から翌年6月

若年者納付猶予制度

対象 30歳未満の人（学生を除く）で、本人・配偶者の前年所得が一定額以下の人

承認期間 7月から翌年6月

学生納付特例制度

対象 学生で、本人の前年所得が一定額以下の人

承認期間 4月から翌年3月

退職（失業）による特例

申請する年度又は前年度において退職（失業）した場合は、特例で退職者本人の給与所得については審査が不要となります。配偶者や世帯主が退職した場合も対象となります。

ただし、配偶者、世帯主に一定以上の所得があるときは保険料免除が認められない場合があります。

◎持参するもの

- ① 年金手帳
- ② 印鑑
- ③ 平成23年度又は平成24年度に失業した人は、雇用保険受給資格者証又は雇用保険被保険者離職票等の写し
- ④ 学生の場合は、新学年の学生証（コピー可。ただし、有効期限が裏面記載の場合

には、表面と裏面両方のコピー）又は在学証明書

⑤ 1月2日以降に転入した人は1月1日の住所地での所得証明書（控除の内訳あり）

※申請が遅れても、免除や若年者納付猶予については申請年度の7月まで、学生納付特例については4月まで遡って承認されますが、申請日前に生じた事故や病気による障害・死亡については、障害基礎年金や遺族基礎年金を受け取れなくなる場合がありますので、お早めの手続きをお勧めします。

*お問い合わせは左記へ

★市民課 ☎ 1114、市民福祉課 ☎ 1331（内線

333）、熊谷年金事務所

☎ 048-522-5158



◆免除の所得基準額

	所得基準額	月額保険料 (24年度)
全額免除・若年者納付猶予	(扶養親族等の数+1) × 35万円 + 22万円	0円
4分の3免除	78万円 + (扶養親族等の数 × 38万円*) + 社会保険料控除等	3,750円
半額免除	118万円 + (扶養親族等の数 × 38万円*) + 社会保険料控除等	7,490円
4分の1免除	158万円 + (扶養親族等の数 × 38万円*) + 社会保険料控除等	11,240円
学生納付特例	118万円 + (扶養親族等の数 × 38万円*) + 社会保険料控除等	0円

* 扶養親族等が老人控除対象配偶者又は老人扶養親族であるときは48万円、特定扶養親族又は控除対象扶養親族であるときは63万円。（老人扶養親族：70歳以上、特定扶養親族：19歳～23歳未満、控除対象扶養親族：16歳～19歳未満）

◆免除や納付猶予等を受けた期間の取り扱い

	国民年金の 受給資格期間	老齢基礎年金を受けるとき (全額納付した場合の 年金額と比較した場合)	障害・遺族基礎年金を受けるとき	追納（後から保険料を納付） するとき
全額免除	算入されます	年金額に8分の4が反映	保険料納付済期間と同じ扱いです	10年以内（保険料を追納する場合、承認を受けた期間の翌年度から起算して3年度目から当時の保険料に加算がつき高くなります。）
4分の3免除		年金額に8分の5が反映		
半額免除		年金額に8分の6が反映		
4分の1免除		年金額に8分の7が反映		
若年者納付猶予・ 学生納付特例		年金額には反映されません		

※「4分の3免除」「半額免除」「4分の1免除」を受けた場合、残りの保険料（納付すべき保険料）を納付しないと未納期間となり、その期間分は追納できません。

※学生の場合は、学生納付特例の規定が優先となります。