

# 11月14日は「世界糖尿病デー」 ～糖尿病抑制に向けて～

世界糖尿病デーは、糖尿病の脅威が世界的に拡大しているのを受け、世界規模で糖尿病に対する注意を喚起しようと、国際糖尿病連合(IDF)と世界保健機関(WHO)によって1991年に開始され、2007年には国連の公式の日になりました。世界各地で糖尿病の予防、治療、療養を喚起する啓発運動を推進することを呼びかけ、11月14日は国連および主要国で様々なイベントが開催されます。当日は熊本城がブルーライトアップされます(右写真)。



# 国民年金

## 「ねんきんネット」を利用してみませんか？

～11月は「ねんきん月間」、11月30日は「年金の日」～

これまでの年金記録やこれからの年金見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか。「ねんきんネット」をご利用いただくと、いつでもご自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見込み額を基にさまざまなパターンを試算することもできます。

### ■役場の窓口でも「ねんきんネット」を利用できます

「ねんきんネット」とは、ご自身の年金記録をインターネットで確認することができるサービスです。役場の窓口でも「ねんきんネット」サービスを行っておりますので、お気軽にご利用ください。

#### ●対象

国民年金、厚生年金などの加入者および受給者  
※ただし、旧法(老齢年金・通算老齢年金受給者)の人は、このサービスを利用することができません。  
※共済(公務員・学校の教師など)加入中の人は、現在整備中のため正しい記録が確認できない場合があります。

#### ●確認できること

- ・公的年金制度の加入履歴
- ・国民年金保険料の納付状況
- ・年金見込額の試算 など

#### ●利用方法

- 1) 受付場所 役場住民課
- 2) 利用時間 平日 午前8時30分～午後5時15分
- 3) 必要なもの

- ① 運転免許証、パスポートなどの顔写真付き証明で本人確認ができるもの(写真の無い証明は、2種類以上の証明が必要です)
- ② 年金手帳などの基礎年金番号がわかるもの

※代理人による申請も可能です。その際は、委任状と代理人の運転免許証、パスポートなどの顔写真付き証明で本人確認ができるもの、年金手帳などの基礎年金番号がわかるものが必要となります。  
※郵送や電話などによる受付はできません。

### ■自宅で「ねんきんネット」を利用する場合

- ① 基礎年金番号をご用意の上、日本年金機構ウェブサイトの「ねんきんネット」ページで登録。
  - ② お手元に「ねんきん定期便」がある方は、記載されているアクセスキー(17桁の数字)を使って登録。
- ※アクセスキーの有効期限は3か月です。アクセスキーをお持ちでない場合や有効期限が切れた場合でも、所定の申し込み手続きをすればご利用可能です。

日本年金機構ウェブサイト [http://www.nenkin.go.jp/n/www/n\\_net/](http://www.nenkin.go.jp/n/www/n_net/)

■問い合わせ 役場での利用について……役場住民課 住民係 ☎096(293)3112  
自宅での利用について……熊本西年金事務所 ☎096(353)0142

### 「一日年金出張相談所」開設のお知らせ

「ゆめタウン光の森」にて、無料の出張相談を開催します。年金に関するご相談・ご質問などお気軽にお尋ねください。

日	時	11月30日(月)	午前10時から午後3時まで
場	所	「ゆめタウン 光の森」本館2階(北側エスカレーター横)	
問	い	合わせ	熊本西年金事務所 ☎096(353)0142

※ご相談の予約はできません。上記日時に、直接会場へお越しください。  
※個人の記録に関する相談は「年金手帳」などの年金番号がわかるもの、「免許証」などの身分証が必要です。

### 特別インタビュー

8歳で1型糖尿病を発症し、エアロビック競技で世界一となり、現在は、1型糖尿病をはじめインスリン治療を必須とする糖尿病患者の支援団体「認定NPO法人日本IDDMネットワーク」専務理事である大村詠一さんにお話を聞きました。

#### 「糖尿病っておしこの病気？」

糖尿病については、未だ誤解が多いのが現状です。糖尿病は血液中のブドウ糖濃度(血糖値)が異常に高い状態が続く病気です。1型糖尿病は、主に自己免疫によっておこる病気であり、現時点では一生治らない病気です。生活習慣病でも、先天性の病気でもありません。治療法については血糖測定をしながら、生涯にわたって毎日数回のインスリン自己注射やポンプによる注入を続けるといった方法になります。学校に通いながら、インスリン治療に向き合う子どもたちもいます。周囲の子どもたちへ病気や治療に関する正しい知識に触れてもらうための活動もしています。



動画配信サービスも活用し積極的な啓発活動を行っている

#### 「糖尿病は誰がなってもおかしな話」

社会環境の変化により糖尿病は、年齢に関係なく、誰が発症してもおかしくない病気です。自覚症状が出にくいいため、早期発見・治療の重要性を訴えます。



大村さん愛用の注射器、時と場合によって使い分けしている

「感覚だけではなく、身体の状態を正確に知ることが大事。その

ためにも健診を受けることは重要。」早期発見・治療が合併症や重症化の予防に繋がります。

#### 「ゴールは糖尿病を治すこと」

日本IDDMネットワークでは、1型糖尿病を「治る」病気にすることを目指して活動しています。その一つに発症初期の患者と家族にとって必要な情報を届ける「希望のバッグ」があります。また、「1型糖尿病研究基金」への寄付金は、1型糖尿病根治に向けた研究費用にあてられます。



競技でも多くの人に感動を与えている(②は妹の智美さん)

大村さんは、活動を通じて、病気の把握、患者さん同士の交流が大切だと感じています。病気に向き合い、周囲への徹底したサポートに取り組み姿勢は、情熱と挑戦への想いで満ち溢れていました。

○詳しい活動内容などは……  
認定特定非営利活動法人  
日本IDDMネットワーク  
<http://japan-idm.net/>

## 大村詠一さん

### ■プロフィール

大津町出身(現在29歳)。2015年度 エアロビック競技日本代表選手。4歳からエアロビックをはじめ、10歳から競技に転向。8歳のときに1型糖尿病を発症し1日に4回以上のインスリン補充を義務付けられる。「1型糖尿病でも何にでも挑戦できる」をモットーに教育機関や各種イベントなどで講演や実演を行っている。

現在は、認定NPO法人日本IDDMネットワークで患者・家族の支援に加え、1型糖尿病根治に向けた研究助成にも力を入れている。