

国民年金

あなたも受け取る年金額を増やしませんか？

～追納制度、付加保険料、国民年金基金について～

●問い合わせ 役場住民課 住民係 ☎096(293)3112

■追納制度

国民年金保険料の免除、納付猶予、学生特例を受けた期間があると、保険料を全額納めたときに比べ、老齢基礎年金の年金額が少なくなります。

そこで、将来受け取る老齢基礎年金の年金額を増やすために、10年以内であれば、免除を受けた期間の保険料をさかのぼって納める(追納する)ことができます。

●追納に関する注意事項

- ・一部免除を受けた期間に、残りの納付すべき保険料を納付していない場合は追納できません。
- ・老齢基礎年金を受けられる人は追納できません。
- ・追納は、免除などを受けた期間のうち、原則古い期間の保険料から納めることになります。
- ・追納するためには、申し込みが必要です。

■付加保険料

毎月の国民年金保険料に加えて月額400円の付加保険料を納めると、老齢基礎年金とあわせて付加年金を受け取れます。付加年金額(年額)は、「付加保険料納付月数×200円」で計算します。

※付加年金額を納めるには申し込みが必要です。役場住民課にて受け付けています。

●問い合わせ
熊本西年金事務所
☎096(355)3261
役場住民課 住民係
☎096(293)3112



■国民年金基金

●加入できる人

- ・20歳から60歳までの国民年金第1号被保険者の人
 - ・60歳から65歳未満の人や海外居住している人で国民年金に任意加入している人
- ※国民年金の保険料の免除や納付猶予の承認を受けている人、農業者年金に加入している人は加入できません。ただし、法定免除に該当していても、引き続き保険料の納付を申し出た人は加入することができます。
- ※60歳以降、引き続き加入する場合は手続きが必要です。
- ※国民年金の付加保険料を納めている人は、国民年金基金に加入すると、その部分は基金が代行しますので、納付する必要がなくなります。

●特徴とメリット

- ・掛け金は全額社会保険料控除となり節税になります。
- ・基本は終身年金で遺族補償も付いています(ただし、B型を除く)。
- ・掛け金は途中で増口や減口、一時休止ができます。
- ・掛け金を納めた期間分の年金は将来、必ず年金として受け取ることができ、掛け捨てになりません。
- ・将来、年金の支給開始年齢が変わることはありません。

■年金額のシミュレーションや加入プラン、資料の請求

国民年金基金の加入は口数制です。ひと月に支払う掛金は、選んだ年金の型と加入口数で決まります。詳しくはホームページをご覧ください。

●問い合わせ
全国国民年金基金熊本支部
☎096(387)2220
国民年金基金ホームページ
<https://www.zenkoku-kikin.or.jp>

安心して 喜らせる 町を目指して

住み慣れた地域や家庭で人生の最期まで、「わたし」らしく過ごす「在宅医療・介護」の取り組みを、在宅医療・介護に携わる3人の専門職のインタビューとともに紹介します。

●問い合わせ
町地域包括支援センター
☎096(292)0770

リハビリセンタースマイル
理学療法士 山口裕介さん
「顔の見える関係ができたことで会いやすくなった」

大津町社会福祉協議会
ケアマネジャー
田尻貴子さん
「点と点を繋げ面にしたい」

ふれあいケアくまもと
ケアマネジャー
伊東美香さん
「人と人を繋げることが好き」

求められるチームの連携～合言葉は、出会い・絆・気付き～

年齢を重ね「認知症が進行したようで介護は受けられるだろうか」、「最期は、我が家で過ごしたい」など、さまざまな不安や想いを抱えて生活をする人へのケアが求められています。地域の専門職が立ち上げた在宅医療・介護の取り組み「ケア・カフェ」はその答えの一つです。

ケア・カフェとは

北海道旭川市で始まった医療・介護・福祉のケアに携わる専門職が集まった取り組みです。関連する職種が「顔の見える」関係をつくり、気軽に自由に「日常の相談事」を話し合うものです。

全国的に広がりを見せており、さまざまな立場から問題の解決をする場所です。

熊本セントラル病院で9月18日に地域の専門職主体の「菊池～阿蘇地域ケアカフェ IN 大津」が開催されました。100人を超える医療・介護・福祉に携わる専門職が参加しました。今回は、令和2年1月24日(金)開催予定。詳しくはfacebookをご覧ください。



在宅医療とは

通院が困難なときや退院後。自宅などで受ける、医療職による専門的サービス。例) 訪問診療、訪問看護など

在宅介護とは

「要介護認定」の申請することで受けられる、認定区分に応じたサービス。例) 訪問介護、通所介護など

interview 「在宅医療・介護に欠かせないワンチーム」

「ケア・カフェ」に参加した3人に話を聞きました。「一人の小さな想いに対して、多くのエネルギーが集まりました。専門職だけではなく地域の皆さんが当たり前のように高齢者の生活を支えています。地域で支えることを大切にしたい」と伊東さんは笑顔で話します。田尻さんは「参加は毎回強制ではなく、子ども連れでも参加できるのが魅力的」と話します。職種を超えて顔が見える関係ができたことは仕事を上での安心感につながったと感じており、より良いサービスの提供に繋がっていると感じています。「仕事の難しさを共有し、解決策を模索できることに気付いた」と話すのは山口さん。お互いに切磋琢磨する気持ちが生まれたといいます。ケアに携わる人たちが連携をとり、地域貢献に繋がっていきたくて3人は語り合っていました。

医療者・介護者・福祉者のための
ケアカフェ
菊池～阿蘇地域
Facebook

●問い合わせ メールアドレス ozu.carecafe@gmail.com

◀「菊池～阿蘇地域ケアカフェ IN 大津」

Information 在宅医療・介護に関する相談窓口

困ったときのために、事前にかかりつけの医師やケアマネジャーと相談し、さまざまな選択肢を見つけておくことが大切です。また、日頃の身体や生活、家族の状況を把握している「かかりつけ医」の存在が安心につながります。通院が困難となった際には「訪問診療」などの対応ができるかどうか相談をしてみましょう。

●菊池都市在宅ドクターネット
訪問診療を行う医師を紹介します。
熊本セントラル病院 ☎096(293)0555
月～金 午前8時30分～午後5時
(祝日、年末年始を除く)

●町地域包括支援センター
在宅医療・介護に関する専門の知識を持つ相談員です。 ☎096(292)0770

●熊本県歯科医師会
在宅歯科医療連携室
通院が困難な場合の訪問歯科への相談対応ができます。
☎096(343)8020
月～金 午前10時～午後4時
(祝日、年末年始を除く)