



国民年金

国民年金保険料の「半額免除」を受けている方へ

半額免除を認められた期間は、老齢基礎年金の受給資格を得るための期間として数えられ、老後の年金額を計算する際に、全額保険料(平成16年度13,300円)を納付した期間と比べて3分の2の年金額として反映されます。

ただし、半額免除を認められていても半額の保険料を納めないままですと、その期間は「未納期間」として扱われ、老齢基礎年金の受給資格を得る期間としても数えられず、老後の年金額にも反映されませんので、必ず保険料月額6,650円(平成16年度)を納めましょう。

[老齢基礎年金の例]

計算式 $794,500 \times (\text{保険料納付月数} + \text{全額免除月数} \times 1/3 + \text{半額免除月数} \times 2/3) \div 480$

- ①480カ月納付した場合 794,500円
- ②480カ月全額免除の場合 264,800円
- ③480カ月前半額免除の場合 529,700円

国民年金保険料の納め忘れはありませんか？

国民年金保険料の納め忘れがあると、老後に受ける年金が減額されたり、受けられない場合があります。また、万が一、障がいの状態となってしまったときの障害基礎年金や、一家の働き手が家族を残して亡くなった場合に、家族に支給される遺族基礎年金などについても受けることができない場合もあります。

社会保険事務所では、皆さんの年金権を確保するため、納付期限を過ぎても保険料が納められていない場合は、催促状・電話・ご自宅への訪問によって納付のご案内をしています。

なお、納付等のお問い合わせは札幌北社会保険事務所(☎011-717-4111)へご相談ください。

国民健康保険課国民年金担当
☎72-3122



国民健康保険

国民健康保険の被保険者証の更新時期です

現在、ご使用されています被保険者証の有効期限は、平成16年9月30日までです。更新手続きは不要です。9月17日に新しい被保険者証を発送します。

なお、件数が多いため地域によっては、9月末近くまで届かないことも予想されますのでご了承ください。その際、「表札を出していない」、「郵便局に転送届を出していない」などの理由で被保険者証が届かないといった場合があります。転居などされた方は、郵便物がきちんと届くか、今一度ご確認をお願いします。

また、他の健康保険に加入しているにも関わらず、国保脱退の手続きを取られていない方も見受けられますので、被保険者の皆さんには更新時に内容等のご確認をお願いします。

なお、新しい被保険者証を受け取りましたら、古い被保険者証は市役所または各出張所の窓口に返却してください(郵送でもかまいません)。

遠隔地用被保険者証の取り扱い

施設入所や就労などにより遠隔地用の被保険者証が必要な方は、新しい被保険者証が届きましたら申請してください。<必要なもの>

- 施設入所の場合～被保険者証、入所証明書(住民票が石狩市以外にある場合)
- 就学の場合～被保険者証、在学証明書(または学生証)
- 就労・旅行の場合～被保険者証

※今年4月以降に学生遠隔地証の手続きをされた方は、有効期限が平成17年3月31日までとなっていますので、今回の申請は不要です。来春、引き続き学生である場合は、平成17年4月以降に申請をしてください。

国民健康保険課国保運営担当
☎72-3123



消費生活相談

消費者金融の利用について

貸金業者からお金を借りるときは、トラブルを防止するために次のことに注意しましょう。

- ①貸金業者の登録をしているか確認しましょう。
- ②契約前に貸付利率や返済方法などの条件を必ず確認しましょう。
- ③契約を締結したときは、契約書面の交付を必ず受けましょう。
- ④債務を弁済したときは、受取証書(領収書)の交付を必ず受けましょう。
- ⑤クレジットカードや運転免許証、健康保険証、年金受給証などは、担保として提供してはいけません。
- ⑥内容を記載していない書面に記名、押印は絶対にしてはいけません。

⑦債務の返済が完了したときは、債権証書の返還を必ず受けましょう。

詳しくは、道庁経済部金融課(☎011-231-4111 内線26-367)までお問い合わせください。

また、北海道では、下記フリーダイヤルを設置しています。

電話番号 フリーダイヤル
☎0120-1-78372
電話 1本 ナヤミナニ

受付日 毎週月曜と金曜(祝・祭日、12月29日～1月3日を除く)

受付時間 10:00～12:00、13:00～16:00

受付内容 貸金業に関する苦情の申し立てまたは相談

石狩市消費生活相談窓口 ☎75-2282
石狩消費者協会窓口 ☎72-2432



防災情報

消火器の不適切な点検にご注意を！

消火器は、扱いやすく有効な消火手段として身近なものです。一定の規模以上の事業所等では設置・維持管理の義務が定められ点検等が行われています。

道内で、消火器の点検を行う業者から高額な点検料を請求されるなどの不適

切な点検による被害が発生しています。トラブルに巻き込まれないようにしましょう。

■不適切な点検の例

- 事前に「〇日に点検に伺います」などと言って、出入りしている点検業者と思わせ信用させる。
- 点検の承諾をあいまいにすると、素早く消火器を集めだす。

●内容をよく説明せずに、サインや押印を求める。

■トラブル防止のポイント

- 「怪しいな」と思ったら、その場ではっきりと点検を拒否する。
- 先に契約している点検会社名を従業員に通知しておく。

石狩消防署予防課 ☎74-7165

身近なアドバイス

身近な子育て経験者のなげない言葉に、
子育てのヒントが隠されているかもしれません。

自分の子育てに確信が持てず
に悩む親からの相談が増え
ていきます。少子化に歯止めがかか
らない傾向が一段と深刻化してい
るのもこのあたりに一因があるの
かもしれません。身近な子育て
経験者の何気ない一言に貴重なア
ドバイスが含まれていることがあ
ります。

相談

子どもが生まれてから夫の両親
と同居しています。子育てで困っ
た時などよく手助けしてもらい助
かっていますが、ときどき「過保護
にしたらだめ」「子どもに自分でさ
せなさい」と言われます。5歳の一
人っ子ということもあり、しっか
りと愛情をかけて育てたいと思っ
て毎日子ども中心の生活を送って
いますので、夫の両親の言うこと
が納得できないこともあります。

アドバイス

子育ては、現代の日本では親の
考えが最も重視されます。その意
味では、人生観が一人ひとり違う
ように、子育ての在り方も個性が

あるのが当たり前のことになる
のですが、ともすると独り善がり
になる危険もあります。子どもに
手を掛ける時間がかつてよりも
多くなつたことと関係して、子ど
もの発達にかえってマイナスの
影響を与える偏つた子育てが増
えていると感じることがあります。
そのうちの代表的なものが「過保
護」と「過干渉」です。

「過保護」というのは、子どもの
『手足になりかわる』と言いき直すと
分かりやすくなります。子どもが
その年齢でどうしても身に付け
なければならぬことなのに、親
がいつでも手助けしてしまうこ
とで子どもの成長をかえつて損
なってしまうことです。自分で持
つべきカバンなどを親が持つて
通学している光景を目にしたこ
とがあります。面倒なことは親
が引き受けてくれるという間違っ
た考えを植え付けてしまう危険
があります。よほどの事情がない
限り、やってはいけないこととい
えます。

「過干渉」は、子どもの『頭になり
かわる』ということです。子どもが

自分で判断して行動すべき場面で、
いつでも「ああしなさい、こうしな
さい」と口出しをする結果、子ども
は自分で考えることをやめてし
まうのです。「親が言わないと、う
ちの子は朝替えもしないし、顔
も洗いません」と嘆くお母さんが
多いのですが、いつでも言われ続
けていると、子どもにとっては「言
われるまでしなくてもいいや」と
いうことになってしまふのです。
時間を見ながら自分の行動を決
める力を身につけさせなかった
結果と考えて、親の側の工夫が必
要です。

このほかにも、「溺愛」や「放任」
など、子どもにとって良いとはい
えない子育てがあります。どの
場合にも当の親自身は自分がし
ていることには気付きにくいも
のです。子どもに対する過剰な期
待や不安がその根底にあること
が多いのですが、祖父母に限らず
身近な子育て経験者の言葉に耳を
傾けると、その中からたくさん
のヒントが得られるのではないで
しょうか。

こども相談

こども相談センター TEL 74-8932 (相談専用)

18歳未満の子どもに関する子育てや家庭・学校などでの悩み事に、専門の相談員が電話や面接での相談・アドバイスをします。

◎日時 毎週月～金曜(祝日除く) 9:00～16:00

◎場所 こども相談センター相談室(市役所2階)

母子相談

こども相談センター TEL 72-3195 (直通)

母子家庭等の皆さんが抱えているさまざまな悩み事や母子寡婦福祉資金の貸付などに関する相談に、専門の母子自立支援員が電話や面接での相談・アドバイスをします。

◎日時 毎週月～金曜(祝日除く) 9:00～16:00

◎場所 こども相談センター相談室(市役所2階)

臨床心理士相談【予約制】

こども相談センター TEL 72-3195 (直通)

臨床心理士(カウンセラー)が電話や面接での相談・アドバイスをします。18歳未満の子どもに関する子育てや子どもの成長に伴うこと、不登校や引きこもりなど、さまざまな問題解決に向けて、サポートします。

◎日時 9月2日・9日(すべて木曜) 13:00～16:00

◎場所 こども相談センター相談室(市役所2階)

◎臨床心理士 市川 啓子

このコラムの感想をこども相談センター(☎72-3195)までお寄せください。



Profile

市川 啓子 いちかわ けいこ

1970年、東北大学院卒。障がい
児教育等に携わり、現在は北
海道大学非常勤講師、札幌市
立中学校スクールカウンセ
ラー、北海道家庭教育カウ
ンセラー、石狩市こども相談
センターなど、臨床心理士と
して活躍中。