



詳しくはこちら

国民年金基金の制度

問 国保・年金係

全国国民年金基金 熊本支部
0120(65)4192 / 050(3665)0317

国民年金基金は、自営業者など国民年金の第1号被保険者の多様化するニーズに応え、より豊かな老後を過ごすことができるよう、国民年金に上乗せした年金を受け取るための公的な年金制度です。

国民年金基金に加入できる人

- 日本国内に居住している20歳以上60歳未満の自営業者やフリーランスとその家族、学生などの国民年金第1号被保険者
- 60歳以上65歳未満の人や海外に居住している人で国民年金に任意加入している人

※国民年金の保険料を免除されている人や農業者年金に加入している人は、加入することができます。

5つの国民年金基金メリット

- ① 終身年金が基本
65歳から生涯受け取る終身年金が基本ですので、長い老後の生活に備えることができます。
- ② 年金額が確定、掛金額も一定
掛金の支払いにより、将来受け取る年金額が確定します。また、

加入時の掛金額は払込期間終了まで変わりません(途中で口数を変えない場合)。

③ 税制上の優遇

掛金は全額が社会保険料控除として確定申告で税金が軽減されます。また、受け取る年金は公的年金等控除の対象となります。

④ 万が一のときは家族に一時金

万が一早期に亡くなったときは、家族に一時金が支給されます(終身年金B型を除く)。

⑤ 自由なプラン設計

ライフプランに合わせ、年金額や受取期間を設計できます。また、加入後も年金・掛金の額を口数単位で増減できます。



全国国民年金基金
ホームページ

日時を自分で決められる 医療機関で特定健診を行います

問 国保・年金係

体の異常は見た目では分かりません。忙しくても年1回の特定健診で生活習慣病のリスクを確認しましょう。

申込期限

12月末

場所

町内の指定医療機関

対象者

- 40歳以上(年度内に40歳となる人を含む)の国民健康保険加入者
 - 後期高齢者医療保険加入者
 - 生活保護受給者(40歳以上)
- ※通院・治療中の人も対象です。
※総合健診、人間ドック、がん複合検診の特定健診、巡回特定健診、みなし健診を重複して受けることはできません。

内容

問診、身体測定(身長・体重・腹囲)、血圧測定、診察、血液検査(脂質・肝機能・血糖・腎機能)、尿検査など



申し込みは
こちら



今年度20・30・40・50・60・70歳を迎える人へ お口の健診を受けて歯周病を防ぎましょう

問 健康増進係

歯周病ってどんな病気？

口の中のトラブルといえば虫歯を思い浮かべるかもしれませんが、それよりもトラブルが多いのが「歯周病」です。歯周病とは、歯と歯ぐきの間にたまったプラーク(歯垢)の細菌によって歯ぐきが炎症を起こす病気です。そのまま放っておくと、歯が抜け落ちてしまい、元には戻りません。実は、日本人が歯を失う原因で最も多いのが、この歯周病です。お口の中の磨き残しに加え、喫煙や不規則な生活習慣も歯周病を悪化させます。

お口のチェックをしてみましょう！

- ☐ 朝起きた時口の中がネバネバする
- ☐ 歯を磨くと血が出ることもある
- ☐ 口臭が気になる
- ☐ 歯ぐきに赤く腫れた部分がある
- ☐ 指で触ると少しグラつく歯がある
- ☐ 歯ぐきが下がり、歯が長くなった気がする
- ☐ 硬いものが噛みにくい
- ☐ 歯の間に食べ物が詰まりやすい

1つでも当てはまったら要注意！

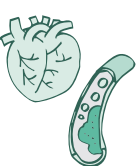
すでに歯周病が始まっているサインかもしれません。早めに歯科医院で相談しましょう。

お口の中だけじゃない！ 全身に影響する歯周病

歯周病の怖さは、歯が抜けることだけではなくありません。歯周病菌や炎症物質が歯ぐきの血管から全身に広がり、さまざまな病気の発症や悪化につながる可能性があります。

動脈硬化

心筋梗塞や脳梗塞のリスクを高めます



糖尿病

歯周病と糖尿病はお互いに悪影響を及ぼします



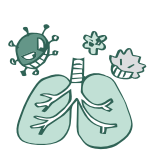
早産・低出生体重児

妊娠中の歯周病は早産などのリスクを高めます



誤嚥性肺炎

お口の細菌が肺に入り、肺炎を起こしやすくなります



歯周病予防！おうちで簡単お口ケア

お口の健康管理の基本は、毎日の歯磨きです。正しい方法で磨きましょう。

歯磨きの3つのポイント

①磨く順番を決める

順番を決めることで磨き残しを防ぐことができます。

②毎食後に磨く

特に夕食後は念入りに！

③歯ブラシの角度を使い分ける

歯の外側は、歯ブラシを直角に、内側は45度の角度で当て、軽い力で小刻みに動かしましょう。



※歯ブラシでは届きにくい歯と歯の間は、歯間ブラシやデンタルフロスを活用しましょう。

節目の年齢に 歯周病検診を受けましょう

歯周病は初期には自覚症状が少なく、自分では気づきにくい病気です。症状がなくても定期的に検診を受けることが大切です。町では、毎年「歯周病検診」を実施しています。今年度対象となる人に、5月上旬に受診案内を送付しています。まだ受診されていない人は、この機会にぜひご利用ください。

期間

4月～令和9年2月末

対象者

今年度に20・30・40・50・60・70歳になる人

場所

委託歯科医療機関(要予約)

料金

700円(町負担額2,966円)

内容

歯と歯周の検診、検診結果の説明、歯科保健指導 など

※詳しくはホームページをご確認ください。



詳しくはこちら