

国民年金保険料は前納がお得です。

保険料の納付は「口座振替(口座引き落とし)」が「便利」でお得です。さらに国民年金保険料の納付には、保険料額が割引される「前納制度」があります。

下の表は、通常払(保険料月の翌月末の支払になります)と前納制度を利用したとき(保険料月の当月末払・6ヶ月前納・1年前納があります)の保険料額の比較です。

口座振替で前納制度を利用されると最もお得になります。(保険料額は平成23年度の額です)

平成23年度 国民健康保険料 納入額早見表(現金納付・口座振替比較)

平成23年度	1ヶ月分		6ヶ月分		1年度分	
	保険料額	割引額	保険料額	割引額	保険料額	割引額
毎月納付(納付書による現金納付及び翌月末振替の口座振替)	15,020円	-	90,120円	-	18,240円	-
毎月振替・【早割】(当月末振替の口座振替)	14,970円	50円	89,820円	300円	179,640円	600円
6ヶ月前納(現金納付)	-	-	89,390円	730円	178,780円	1,460円
6ヶ月前納(口座振替)	-	-	89,100円	1,020円	178,200円	2,040円
1年前納(現金納付)	-	-	-	-	177,040円	3,200円
1年前納(口座振替)	-	-	-	-	176,460円	3,780円

毎月
お得

最も
お得

※一部納付(一部免除)されている方の口座振替は「毎月納付(翌月末振替)」のみのご利用となります。

※前納のお申込期限

1年前納及び上期6ヶ月(4月分～9月分)の前納申込期限は**2月末日まで!!**
詳しくは下記までお問い合わせください。

【浦添年金事務所 877-0511 福祉部福祉課年金係 945-5311】

保健師
だより

生きていくうえで欠かせないもの

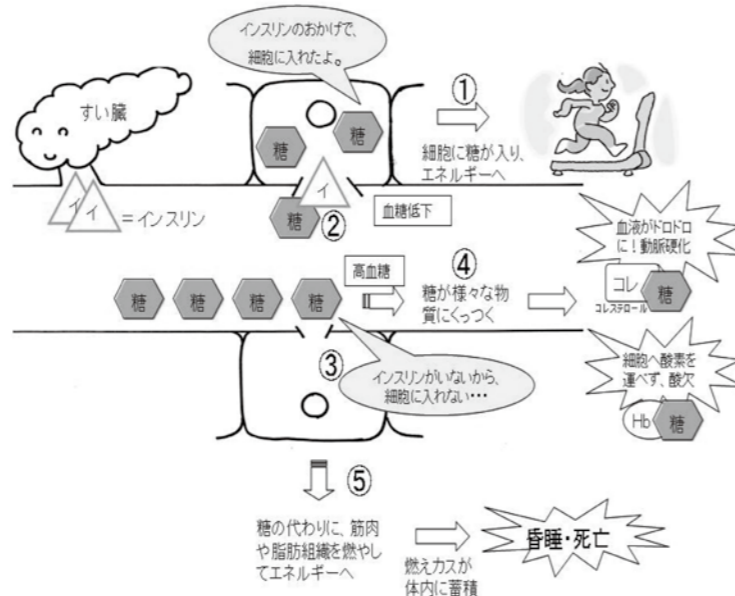
～あなたはインスリンを知っていますか？～

12月号の保健師だよりでは、HbA1c(ヘモグロビン・エーワンシー)のお話をしました。HbA1cは血糖コントロール状態の最も重要な指標でした。さて、今回はHbA1cにとっても関連のあるインスリンのお話です。

私たちはインスリンがないと生きていけない

インスリンは、すい臓から分泌される血糖値を下げる唯一のホルモンです。インスリンによって、全身の細胞に糖が取り込まれることで血糖値が下がり、細胞は糖をエネルギー源として使うことで、私たちの体は活動できるのです。このメカニズムは、以下のとおりです。

- ① 細胞は、血液中の糖(エネルギー)を取り込まないと生きていけません。
- ② 実は、細胞が糖を取り込む時には、“インスリン”というホルモンの助けが必要です。
- ③ もしインスリンがなくなってしまうと、細胞は糖を取り込むことができません。
- ④ 細胞に取り込まれなかった糖は、血管の壁やコレステロールなどにくっつき、傷害してしまいます(糖毒性)。これが進むと、動脈硬化が進行したり、特に眼や脳、腎臓などの細胞が壊されていきます。
- ⑤ インスリンがなくなり、重症化すると、昏睡や死亡に至ることもあります。



インスリンは、生まれた時から、使える量が人それぞれで決まっています。早くから使いすぎると、なくなってしまうこともあります。

インスリンを使いすぎているかどうかは、HbA1cでわかります。HbA1cは採血しないとわからないものです。年に1回は健診を受け、HbA1cの値を確認しましょう！次回は、インスリンを大切に使う方法の紹介です。

～介護保険料の納め忘れはありませんか？～

【普通徴収(納付書でお支払い)の方へのお知らせです】

1月は介護保険料(7期分)の納期です。
納期限は『1月31日(火)』となっています。

介護保険料は、介護保険サービスに必要な費用をまかなう大切な財源です。
保険料を納め忘れてしまうと、滞納期間に応じて以下の制限がされる場合があります。

【1年以上、滞納をしていると…】

介護保険サービスを利用する際に、費用の全額を自己負担してもらい、後日、役場に申請することにより9割分を払い戻しすることになります。

【1年6ヶ月以上、滞納をしていると…】

保険給付分(9割分)の支払いが、差し止められます。また、差し止められた保険給付分から滞納している保険料額が控除されます。

【2年以上、滞納をしていると…】

滞納期間に応じた一定期間、自己負担が「1割」から「3割」に引き上げられます。また、高額介護サービス費などの支給が受けられなくなります。

保険料の納付には【口座振替】がオススメです！

口座振替にしていると、簡単に保険料を納めることができるので、大変便利です！！

《お申込は簡単！》

※各金融機関や福祉部介護支援課窓口で申込み用紙を用意しています。
下記のものをご持参の上お申込みください。

- 預金通帳
- 銀行届出の印鑑
- 介護保険料納入通知書

お問い合わせ/福祉部介護支援課 介護支援係 Tel945-5013(内線194)

～西原町内で事業を行っている法人・個人事業主のみなさまへ～

償却資産申告のお知らせ

『償却資産』とは、土地及び家屋以外の事業の用に供することのできる資産です。

西原町内で事業を営み、償却資産を所有している法人又は個人事業主が対象となりますので、平成24年1月1日現在で所有している資産状況を申告してください。(町内に事業用として貸付している資産をお持ちの法人、個人も対象です。)

申告期間：平成24年1月4日(水)～1月31日(火)

申告場所：総務部税務課 資産税係

資産の種類	主な償却資産の例示	
構築物	構築物	路面舗装、庭園、門、塀、看板、緑化施設、その他土地に定着する土木設備など
	建物附属設備	据付式冷房設備、受変電設備、借用建物に造作した設備など
機械及び装置	錠盤等の工作機械、コンプレッサー等の産業機械、クレーン等の建設機械、コンベアの運搬装置など	
船舶	ボート、漁船、釣船、遊覧船、モーターボートなど	
航空機	飛行機、ヘリコプター、グライダーなど	
車両及び運搬具	フォークリフト、パワーショベル、ブルドーザーなどの大型特殊自動車(車両番号が0又は9で始まるもの)、動力運搬車など(自動車税・軽自動車税の課税対象となるものを除く)	
工具、器具及び備品	パソコン、陳列ケース、応接セット、事務用機器、測定・検査工具、金型、医療機器、美容・理容機器、自動販売機など	

※申告書は12月中に送付しています。届いていない方は、郵送しますのでご連絡ください。

お問い合わせ：総務部税務課 資産税係 ☎945-4729

国際標準規格 ISO9001:2008 認証取得 預かり金保証制度(国庫補助事業) 加入会社

Since1981 沖縄県知事免許(9)第0928号
あなたのホームプランナー

南新物産

地域の不動産業で30年

不動産管理・賃貸仲介・売買仲介・有効活用相談
不動産のことでしたら何なりとお申し付け下さい。



南風原本店 〒901-1104 沖縄県南風原町宮平641番地の7
TEL:098-889-4007 FAX:098-889-4033 http://www.nanchan.co.jp E-mail hae@nanchan.co.jp