

年金だより

国民年金の加入手続き・保険料免除申請などの電子申請を開始します

国民年金第1号被保険者の資格取得・種別変更、保険料免除・納付猶予申請、学生納付特例申請については、マイナポータルを利用した電子申請ができるようになりました。申請には、マイナンバーカードが必要となりますが、マイナポータルの情報を活用してスマートフォンやパソコンで申請書などを作成することができます。紙の申請書より簡単に作成することができます。

また、申請結果もスマートフォンなどで確認することができます。お手続きの際は、ぜひご利用ください。詳しくは、日本年金機構のホームページをご確認ください。

移動年金相談所

- 8月4日(木) ちらん夢郷館 専門技術研修室
 - 8月18日(木) 南さつま市民会館 第1会議室
 - 8月25日(木) 指宿市役所 第1会議室
- ※相談時間は各会場、午前10時～午後3時

※年金相談は、完全予約制のため、事前に鹿児島南年金事務所へ予約してください。その際、基礎年金番号を尋ねられますので、**年金手帳や年金証書**をお手元に準備してください。

[問] 川 市民生活課 市民係 顔・知 支所 市民生活係

鹿児島南年金事務所 ☎099-251-3111 日本年金機構ホームページ <https://www.nenkin.go.jp/>

シリーズ高血圧②

▶南九州市の現状

血圧が高くなると、動脈硬化を起こし、脳血管疾患や心筋梗塞など大きな病気につながります。今回は、南九州市の現状を見てみましょう！

その1

脳血管疾患で亡くなる方は、全国と比較して、**南九州市は約1.4倍!**という結果が出ています。※標準化死亡比より

その2

介護の主な原因の第1位は「認知症」、**第2位が「脳卒中」**です。
※南九州市令和元年度高齢者実態調査より



脳血管疾患を発症する方が多いことが分かります。脳血管疾患の発症を防ぐために、**高血圧予防が大切です!**

家庭血圧測定を行い、自分の血圧値を知ろう!

高血圧など健康に関する相談は、知 健康増進課 健康推進係 (☎0993-58-7221) へお気軽にご相談ください。



見守り新鮮情報

知人から誘われ投資したが、元金も戻ってこない

事例

約1年前、知人に「率の良い投資がある」と勧められた。投資先は外国で、短期間で配当が支払われるので投資額がわずかな期間で倍になるといふ。さらに、人を紹介すると、紹介料も支払われるとのこと。説明を信じ、紹介者の個人口座に150万円振り込んだ。当初、配当は振り込まれたが、その後入金はなくなった。投資したお金も取り戻せず、紹介者とも連絡が取れない。

(80歳代男性)

ひとことアドバイス

- リスクのない投資はほとんどありません。内容や仕組みを理解できない場合は、契約をしないことが重要です。うまい話はありません。
- 親しい友人や知人からの誘いは断りにくいものですが、断る勇気も必要です。自身も友人を勧誘することにより、その人との関係を壊してしまうこともあります。
- 少しでも不安に思ったら、お金を支払う前に、お住まいの自治体の消費生活センターなどにご相談ください(消費者ホットライン188)。

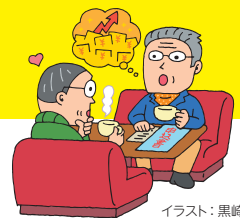


イラスト:黒崎 玄

[問] 南九州市消費生活センター(知 商工観光課内)