

文芸

《短歌》

○ばあちゃん震度4だぞ大丈夫か
6才の孫より電話の届く
田口すい子(南川又)

●麦の秋雲雀の声を聞きながら筑
波の山を遠く望む
清水 操(馬 渡)

●ツバクロは荒海越えてわが里に
子育てはげむ軒端の宿
田口 正子(南川又)

●腰まげて車押しくる人と会う我
が身重ねて息深く吸う
鶴町あい子(常 井)

●頂いてすぐに灰汁抜き夕ご飯旬
の筍二杯目食べる
河野 久子(昭 和)

●春雨に庭の草花生き返り若芽も
そつと枯葉の中に
中島三千代(桜の郷)

●水しぶき上げて流れる水の音袋
田の滝に声なく見入る
浦井 正子(宮ヶ崎第四)

●月二回古稀の手習い書道クラブ
書いてると何故か心落ち着く
秋山 禮子(越 安)

●新緑が散歩の道も濃くなりて歩
く姿も軽く早くに
萩谷彰一郎(長 岡)

●大地震に驚きいたる熊本の余震
も繋ぐひたすら案ずる
二宮不二子(大 戸)

(評) 田口(す)さん、東日本、熊本など、あ
ちからこちらで大地震の被害を受けている折、茨
城でも震度4と報じられ、6才の孫まで鋭敏
に感じての電話、可愛がられてくれる大好きな祖
父母への心情が伝わってくる。清水さん、雲雀
の声、遠く波、自然の絶景の中で、麦が清々
しい。「麦の秋」は初夏の季語、田口(正)さん
の巣に戻って来て繁殖、秋に子を連れて越冬地

《俳句》

○体重計喜んでをり更衣
中島三千代(桜の郷)

●丹田に息吸い仰ぐ春の星
西連寺元子(南川又)

●木に縫り土手になだれる藤の花
秋山 禮子(越 安)

●遠筑波背にして田植始まりぬ
田口すい子(南川又)

●巢燕五年ぶりに来たるや鳴き競う
岡山 一二(上石崎)

●ときめきて齢を忘れた花見宴
鳥羽田早苗(鳥羽田)

●麦秋や雲雀囀る蒼い空
清水 操(馬 渡)

●町中も咲も田植えの真つ盛り
浦井 正子(宮ヶ崎第四)

●歓声の初電灯や村神輿
刃尾田和一(小 幡)

●早苗饗や一人前と仲間入り
山崎 文一(大 戸)

(評) 中島さん、相変わらずの独創的な表現。
更衣(ころもがえ)は夏(五月)の季語。冬、
春に着用した厚手の衣類を薄手に着替えるこ
と。体重計が喜ぶという表現は面白い。西連
寺さん、丹田は、体の一部分。「躰下丹田」と
いう語句がある。丹田に息を吸い込みながら
春の星を仰ぐとは、よく思いついた表現で、
健康と勇気の原因、秋山さん、この人も独自の
表現に気を配る作者。山崎さん、「さなぶ
ぼく」仲間入りをした様子。

【作品の送付先】
ハカキ等に3首、3句以内を書いて、住所氏名
明記の上、月末までお送りください。
郵便 便 311-1319 茨城町小堤1080
FAX 029-2292 6748
【問合せ先】秘書広聴課
029(240)7126(直通)

に帰る渡り鳥、夏鳥とも言われる。黒い翼を
ひるがえして美しく飛ぶ燕「みんなが待つてい
る。生活に潤いをくれるような燕」日本には
5種類位来ているとのこと。

平成28年度の国民年金保険料免除制度のご案内

経済的な理由などで国民年金保険料を納めることが困難な方のために、保険料が免除または納付が猶予される制度があります。ご不明な点はお気軽にお問い合わせください。

申請時期 平成28年度(平成28年7月から平成29年6月分)の申請は平成28年7月1日から受付けます。

必要なもの 年金手帳、印鑑をお持ちください。申請により、平成28年度(平成27年中)の所得に応じて保険料の支払いが免除、又は猶予されます。特定の条件を除いて毎年申請が必要です。

国民年金保険料が未納のままだと、将来の老齢基礎年金や、いざというときの障害基礎年金・遺族基礎年金などが受給できなくなる場合があります。そうならないためにも、この制度をご利用ください。

なお、平成26年4月から、申請時点の2年1か月前の月分(すでに保険料が納付済の月を除く)まで免除を申請できるようになりましたので、あわせてご相談ください。

●免除等の種類

| 免除の種類 | 受給資格期間※1 | 年金額※3 |
|--------|----------|------------------------|
| 全額免除 | ○ | 1/2が反映(平成21年3月分までは1/3) |
| 一部免除 | ○※2 | 5/8が反映(平成21年3月分までは1/2) |
| 3/4免除 | ○※2 | 6/8が反映(平成21年3月分までは2/3) |
| 1/4免除 | ○※2 | 7/8が反映(平成21年3月分までは5/6) |
| 納付猶予※4 | ○ | 反映されない |

- ※1 受給資格期間とは、年金を受給するために必要な期間をいいます。年金を受給するためには、保険料を納付した期間と保険料の納付免除が認められた期間の合計が25年以上必要です。
- ※2 保険料の一部を納付した場合に算入されます。一定期間に納付しなかった場合は未納期間となります。
- ※3 免除又は猶予を受けた期間について保険料の追納(後から払う)を行わなかった場合の年金額への反映割合。免除又は猶予されていた金額について追納した場合は、納付した場合と同様の計算となります。なお、追納は免除期間から10年以内に行う必要があります。免除を受けた年度の翌々年度を過ぎて追納する場合は、当時の保険料に一定割合の金額が加算されます。年金額への反映割合は平成28年4月1日現在の割合です。
- ※4 50歳未満の方が対象となります。(平成28年7月1日改正により拡大)

●免除・猶予となる所得基準額

本人、配偶者、世帯主の所得がそれぞれ下表の金額以下のときに該当となります(納付猶予は本人と配偶者の所得)。

| 免除の種類 | 算定方法 |
|-------|----------------------------|
| 全額免除 | (扶養親族数+1)×35万円+22万円 |
| 一部免除 | 78万円+扶養親族数×38万円※+社会保険料控除等 |
| 3/4免除 | 118万円+扶養親族数×38万円※+社会保険料控除等 |
| 1/4免除 | 158万円+扶養親族数×38万円※+社会保険料控除等 |
| 納付猶予 | (扶養親族数+1)×35万円+22万円 |

一部免除では社会保険料が左表算定方法の金額に加算されます。

※老人扶養であるときは48万円、特定扶養親族であるときは63万円。

●その他の制度について

・退職による特例

退職した場合には、退職した本人のみの所得をゼロと判定する特例があります。手続きには雇用保険被保険者離職票又は雇用保険受給資格者証、年金手帳、印鑑が必要です。雇用保険に加入していない場合も、その他の書類を添付することで退職の特例を受けることが可能です。ご相談ください。ただし、退職による特例は退職日の翌日(喪失日)の2年後の6月までの期間の申請に限り受けることができます。

・学生納付特例制度

学生の方で本人の前年所得が一定額以下の場合に保険料の納付が猶予されます(半額免除と同じ所得基準額)。猶予を受けた期間の保険料は、追納をしない場合、年金額に反映されませんが、受給資格期間の計算には含まれます。学生納付特例の対象校に在籍する場合、他の免除制度を利用することはできません。毎年申請が必要。申請には学生証(有効期限の記載があるもの)コピー又は在学証明書(原本)、印鑑が必要です。平成28年度(平成28年4月から平成29年3月分)の申請は平成28年4月1日から受付しています。また、平成26年4月から、申請時点の2年1か月前の月分(すでに保険料が納付済の月を除く)まで学生納付特例を申請できるようになりましたので、あわせてご相談ください。

【問合せ先】水戸南年金事務所 ☎029-227-3251 茨城町保険課医療年金グループ ☎029-240-7113(直通)

熱中症に気をつけましょう!

7月は「熱中症予防強化月間」です。熱中症とは、体の中と外の「暑さ」によって起きる様々な体の不調のことです。体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調整の機能が低下することなどによって起こります。室内でも発生することがあり、注意が必要です。適切な予防を行い、夏を元気に過ごしましょう。

・暑いときはこまめに休憩をとり、無理をしないようにしましょう。

熱中症かなと感じたら

めまいや頭痛、吐き気などの症状があり、熱中症かなと感じた時には暑さを避け、水分・塩分を補給し、首やわきの下、足の付け根などを氷水などで冷やしてください。自力で水が飲めない、意識がはっきりしない場合は、すぐに救急車を呼びましょう。

◆前期健康診査実施中!

日程等は、広報いばらき5月1日号をご覧ください。健康増進課までお問い合わせください。

| 健康増進課(保健センター) 7月の予定 | | | |
|---------------------|----|--------------|---------------------------|
| 日 | 曜日 | 事業名 | 受付時間 |
| 1 | 金 | 乳児健診 | 13:00~13:30 |
| 12 | 火 | 1歳6カ月児健診 | 13:00~13:30 |
| 13 | 水 | 健康相談 育児相談 | 9:00~11:30 10:00~10:15 |
| 15 | 金 | ごっくん教室 | 9:45~10:00 |
| 26 | 火 | 3歳児健診 | 13:00~13:30 |

すこやかカーニバル

健康増進課(保健センター)
240-7134