



## 20歳になったら 国民年金

国民年金は、老後やいざという時の生活を、みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。国民年金は20歳以上60歳未満の方は加入することになっています。20歳になったら、忘れずに国民年金に加入しましょう。

●加入手続き／住民登録をしている市区町村の役所の窓口でお手続きしてください。なお、すでに厚生年金保険に加入している方、厚生年金保険に加入している配偶者に扶養されている方は手続きが不要です。

●保険料／月額16,540円(令和2年度)

※年金保険料等は確定申告等の社会保険控除の対象となります。

●保険料の前納制度／保険料を早めに納めること(前納)により保険料が割引になります。

●年金額の上乗せ／年金保険料に加えて月額400円の付加保険料を納めると、老齢基礎年金と合わせて付加年金を受け取れます。

●年金の納付猶予・免除制度  
学生や、50歳未満で所得が一定額以下の方を対象とした納付猶予制度や、失業等で年金保険料を納めるのが困難な方や、産前産後の方には保険料を免除する制度があります。

問 市役所市民課窓口係

「内線1133115」



## ジェネリック医薬品、利用していますか？

### ○ジェネリック医薬品とは

先に開発された「新薬」の特許期間が切れた後、新薬と同じ有効成分を配合して製造される医薬品で「後発医薬品」とも呼ばれます。新薬とほぼ同じ効き目をもちますが開発費があまりかからないため、低価格で提供することができます。

ジェネリック医薬品を利用することにより窓口で支払うお薬代が安くなるほか、医療保険で賄う費用も抑えることができます。

### ○ジェネリック医薬品に替えてもらうには

まず医師や薬剤師に相談してみましょう。病気によっては対応するジェネリック医薬品が製造・販売されていないことがありますので、切り替えができるかどうか相談してください。

問 市役所国保医療課[内線122~125]

## 「ジェネリック医薬品希望シール」

病院の窓口で診察券を渡す際や、薬局で処方箋を渡す際に一緒に提示すれば、ジェネリック医薬品を希望する意思表示になります。

※シールは市役所国保医療課や総合分庁舎市民窓口課、七重浜・茂辺地両支所の窓口で配布していますのでお申し出ください。

さらにお薬代を抑えるために・・・

## お薬手帳を持参しましょう

かかりつけ薬局の場合、お薬手帳を忘れると10円~30円高くなってしまう場合があります。お薬手帳は忘れずに持参しましょう。

## series 始めよう! SDGs HOKUTO SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

### ゴール3

### すべての人に 健康と福祉を

ゴール3では、あらゆる年齢のすべての人の健康的な生活を確保し、福祉を推進することを目指しています。

### 健康的な生活の確約と福祉の推進

### 3

すべての人に健康と福祉を



子どもからお年寄りまで、すべての市民が健康的な生活を送り、障がいの有無等に関わらず活躍できるよう環境整備を推進し、高い水準の福祉サービスを提供します。

このゴールの達成に向け、市では、次のような事業を実施しています。

■**新生児聴覚検査給付金** 生まれて間もない赤ちゃんに行う耳の聞こえの検査(新生児聴覚検査)の受診料の一部を助成し、難聴を早期に発見し、適切な治療や支援を行うことができるよう努めています。

■**北斗市ラジオ体操コンクール** 市民の体力向上と健康の保持・促進を図ることを目的に、毎年ラジオ体操コンクールを開催しています。令和2年度で5回目の開催となり、前回大会よりも多くの参加者が集まりました。

令和元年度のラジオ体操コンクールでは久根別小学校の5年生のチームが金賞を受賞し、全国大会に参加しました(今年度の全国大会は新型コロナウイルス感染症の影響で中止となりました)。

■**医療費助成事業の推進** 高齢者や障がい者、ひとり親家庭等の親子、高校卒業までの子どもに必要な医療サービスを安心して受けることができるよう、北海道の助成制度に加え、市独自の助成を実施しています。

■**手話言語の普及** 手話の理解と広がりをもって市民誰もが支え合い、安心して暮らすことができる社会を目指すため、手話が言語であることを位置づける「北斗市手話言語条例」を制定し、北斗ろう協会等と協力しながら、手話の理解・普及を推進しています。市内の小学校では、音楽の授業で歌詞の内容を手話で表現して歌う学習を行うなど、児童生徒が手話に親しめるよう取り組んでいます。

この他にも、市では健康管理・増進のため、特定健康診査や各種検診の実施、各種スポーツ教室を開催するなどしています。取り組みやすいところから、健康づくりをしてみましょう。