

出産時の年金保険料免除制度とは？

4月から、国民年金の「第一号被保険者」に該当する女性にも、産前産後期間の年金保険料が免除される制度が始まりました。第一号被保険者とは、国内在住の20歳以上60歳未満の自営業、農業・漁業者、学生および無職の人たちと、その配偶者の人たちです。会社員・公務員で厚生年金や共済組合等に加える人たちは「第二号」、第二号に扶養される配偶者は「第三号」です。

内容は、次世代育成支援のため、出産予定日の前月から4カ月間の保険料を免除し、免除期間は満額の基礎年金を保証する（保険料納付済期間）というものです。

前年の所得が一定以下など、他の理由で年金保険料が全額免除される場合は「納付済み」と比較して、1/2か1/3の年金額しか受け取れません。

免除期間は双子など多胎妊娠の場合は、出産の3カ月前から免除され計6カ月になります。妊娠85日以上での早産・死産・流産・人工中絶も対象に含まれます。

免除の対象になるのは？

対象は、今年2月1日以降に出産した人です。ただし、免除が適用されるのは4月以降の保険料になるため、2月に出産した人は1ヵ月（4月分）、3月の人は2ヵ月（4月分、5月分）、4月の人は3ヵ月（4月分、5月分、6月分）が免除されます。出産予定の6カ月前から、居住地の役所の国民年金担当窓口へ申請でき、出産後は出産日を基準としていつでも遡って申請できます。必要書類等は、窓口でお尋ねください。

産前産後の免除期間中でも付加保険料の納付はできません。なお残念ながら、国民健康保険料は免除にならないので注意が必要です。

第二号の女性については、2014年度から先行して同様の免除制度になっています。この制度は、出産前後に保険料の納付が出来なくても、老後に受取る年金への影響をなくすことで、安心して出産できる環境づくりを目指すものです。



お問い合わせ  
コープぎふLP Aの会事務局  
TEL 058137016713  
月～金曜日 9時～17時（土日休み）

2018年度 第11回 理事会だより (4/10)

① 3月期決算について承認しました。  
2018年度決算(下記)は第12回理事会(5月15日)で承認しました。  
単位:百万円

3月度事業結果	3月実績	予算差	累計実績	予算差
商品の供給高	1,899	-135	25,711	-383
総事業高	2,014	-106	26,613	-369
事業経費	452	-31	5,949	-139
経常剰余金	112	81	370	196
当期剰余金	30	27	211	127

組合員数 241,269名 計画比99.0% (加入542名)  
出資金 42億2,268万円 一人当り出資金 17,501円

② 高山市との「高齢者等見守りネットワーク事業」への協力事業者登録の件について確認されました。  
高山市より「高齢等見守りネットワーク事業」の民間事業者募集開始の連絡をいただきました。高山市とは以前より、高齢者の見守りについて話しをすすめており、協力事業者へ登録を行います。高山市を含め、これまでに28市町村・1団体と締結しており、通常窓口と連携して地域の見守りを行なっています。

③ ハビハビボックスの取り組みについて報告がありました。  
生協の取り組みを地域の方へ知っていただく機会として、4月1日(月)から岐阜県にお住まいで1歳未満のお子様がいいらっしゃるご家庭を対象に「ハビハビボックス」のプレゼントが始まりました。毎週月曜日、18時57分頃から中京テレビで「ハビハビボックス」プレゼント告知CMを放送しています。電話、申し込み用紙、Webサイトからお申し込みができます。



詳しくはこちら

Health  
今月の先生紹介



下呂市 おくむらクリニック院長

健康講座

教えて先生!

血糖値が少し高めだけど大丈夫？

糖尿病予備群の何が問題？

糖尿病患者さんは日本において年々増加傾向にあります。40歳以上の男性の4人に1人、女性の5人に1人が糖尿病とその予備群と言われています。糖尿病では、自覚症状がなく慢性的に血糖値が高い状態が続くことで、眼・腎臓・神経に糖尿病特有の合併症が知らぬ間に出現・進行し、最悪の場合には失明や、血液透析が必要な腎不全に陥ります。

また脳卒中や心筋梗塞、下肢の血行不良などの動脈硬化の非常に強い危険因子(健康人の約3倍)となっており、健康人と比較して平均寿命を約10年短くします。食後の血糖値が高めの予備群の方でさえも、動脈硬化に与える危険は健康人の約2倍と言われています。糖尿病になってしまったことを予防する観点からも、糖尿病予備群の方を少しでも早く見つけて、生活習慣の改善や、医療機関への受診につなげることが重要です。

糖尿病の指標って？

健康診断で「空腹時血糖値」(前日夕食から絶食で翌朝に採血した血液や過去1、2ヶ月間の血糖値の平均を表す「ヘモグロビンA1c」(HbA1c)を測定されたり、医療機関受診時に随時血糖値を測定されたりすることがあると思います。その際に少し基準をはずれていて心配になったことはありませんか？これらの指標は糖尿病の早期診断や治療効果の判定の際に極めて重要な検査項目です。健康人の血糖値は空腹時なら100mg/dl未満、食後でも140mg/dlを超えることは通常ありません。

HbA1cは4.6～6.2%が正常ですが、5.6～6.2%の間には糖尿病やその予備群の人を含んでいることがあります。成人の糖尿病では、まず食後血糖値から上昇しはじめ、その後空腹時血糖値が上昇することから、空腹時血糖値のみで糖尿病を早期診断できないことがあります。肥満や腹回りが大きい方(メタボ)の方、家系内に糖尿病の患者さんがいる方は、空腹時血糖100～125mg/dl、HbA1c5%

後半は6%前半ならば、積極的に医療機関、できれば糖尿病専門医にご相談頂いて、ブドウ糖負荷試験(OGTT)を受けて頂く必要があります。

糖尿病の精密検査とは？

OGTTは、定量のブドウ糖液を服用してから2時間の間の30分毎の血糖値と、膵臓から分泌される血糖降下ホルモン(インスリン)を同時に測定する検査です。この検査で、「正常型」「境界型」「糖尿病型」の区別、遺伝的に膵臓の弱さを引き継いでいるか、血糖値が高めの原因がインスリンの分泌が少ないのか、インスリンは出ているけれど効が悪い(インスリン抵抗性)のかを判定することができます。

検査で何らかの異常が検出された場合、たとえ正常型や境界型であっても、今後動脈硬化を年不相応に進ませないために、糖尿病になつてしまつたのを早期に発見するために、食後1～2時間の血糖値を定期的に観ていく必要があるのです。



わが家では「ぬか床パック」に主人が季節の野菜を漬け込み、おいしくいただいております！発酵食品、楽しんでます。| 郡上市 多賀さん |