

中学生が意見を発表

第33回中学生の主張大会

「第33回中学生の主張大会」が

11月3日、自治大学校大教室で行われました。当日は市内中学生3441人の応募から選ばれた中学生が、将来の夢や命の大切さ、家族のことや地域でのつながり、社会を見て考えたことなどを発表。主な入賞者は次の通りです。

▼市長賞Ⅱ長泉駿介(一中・1年)▼議長賞Ⅱ天神マオ(二中・2年)、足立凛(三中・3年)▼教育委員長賞Ⅱ後藤万里奈(一

中・2年)、能登屋留奈(七中・3年)▼特別賞Ⅱ岡田彩未(六中・2年)、中島百花(五中・3年)

問子ども育成課青少年係・内線1306

全国中学生人権作文コンテスト

中学生の皆さんが人権尊重の大切さを考え、豊かな人権感覚を身に付ける「中学生人権作文コンテスト東京大会」で市内中学生が次の通り入賞しました。

●東京都大会奨励賞 ▼白井ふ

ゆ(二中・3年)Ⅱ人間らしく生きるということ

●東京都大会作文委員会賞

▼石井遙(四中・2年)Ⅱ今、できることから始めよう▼山崎剣人(三中・2年)Ⅱ障害のある人に関する問題

●多摩西人権擁護委員協議会長賞 ▼富井愛菜(五中・2年)Ⅱ

少しの勇気と人の気持ちを考える心▼荒口夏帆(五中・2年)Ⅱ人権をうばう戦争

●立川地区人権擁護委員会佳作

▼岡本紗喜子(二中・3年)Ⅱ障害者の働ける社会へ▼工藤美由紀(三中・2年)Ⅱ相手の気持ちを考える▼渡辺真由(三中・2年)Ⅱ相手の立場に立つ▼廣瀬幸太郎(二中・3年)Ⅱ歴史を

勉強する意義

問生活安全課市民相談係(528)4319

中学生「税についての作文」税の標語表彰

次代を担う中学生に税への関心と理解を深めてもらうことを目的とし、市長賞・教育長賞を設けています。市内中学生の受賞者は次の皆さんです。

《敬称略》

●税についての作文 ▼市長賞

Ⅱ岡本紗喜子(二中・3年)▼教育長賞Ⅱ栗山まなみ(九中・3年)▼立川都税事務所長賞Ⅱ島田奈美(八中・3年)▼東京納税貯蓄組合総連合会会長賞Ⅱ伊藤さくら(二中・3年)▼多摩納税

貯蓄組合連合会優秀賞Ⅱ膳若菜(八中・3年)▼多摩納税貯蓄組合連合会入賞Ⅱ嶋田早紀(八中・3年)、齋藤慶和(二中・3年)、堀柚月(六中・3年)、佐藤由依(五中・3年)、鈴木思羽(二中・3年)、藤川寧々(三中・3年)、本間七海(五中・3年)

●税の標語 ▼市長賞Ⅱ白川杏美(九中・1年)▼立川税務署長賞Ⅱ齊藤見幸(六中・1年)▼立川関税会会長賞Ⅱ篠崎朔也(七中・1年)▼入選Ⅱ多田明日花(四中・1年)、上田拓斗(八中・1年)、小野寺瑛子(五中・1年)

問課税課諸税係・内線1201

「国民年金被保険者資格取得届書」が郵送されます。必要事項を書いて、市保険年金課か立川年金事務所に提出してください(20歳前に就職し、厚生年金等に参加中の方は提出不要です)。

後日、年金手帳と国民年金保険料納付書が郵送されます。年金手帳は大切に保管してください。保険料は金融機関やコンビニエンスストアで納付できます。また、口座振替では保険料の割引があります。なお、学生の方や収入が少なく保険料の納付が困難な方には「学生納付特例」や「若年者納付猶予」など、支払いを猶予する制度もあります。くわしくは、お問い合わせください。

問立川年金事務所☎(523)0352、市保険年金課国民年金係・内線1394

第33回中学生の主張大会市長賞

日本の礼儀を見直す

長泉 駿介(一中・1年)



イタリアのサッカーリーグのチームの試合で、日本の長友佑都選手を始めとして、多くの選手がゴールしたときなどに、日本の礼儀作法の「おじぎ」をしている姿を見たことがあります。これを見て、ぼくは感心しました。なぜなら、礼儀をあまり重んじていない若者が増えてきている中で、日本人が海外でそれを広めていることに驚いたからです。

日本は礼儀を重んじる国です。学校でも、「おはようございます」の礼から始めて、その一日の間に何度も礼をします。もちろん礼だけが作法ではありません。しかし、ぼくは礼が主体だと思っています。

礼に始まり礼に終わる。これはぼくが習っている剣道の礼儀に対する考え方です。練習でも、正座をして、先生へのご挨拶をお願いします、から始まり、最後はありがとうございましたと、礼に始まり礼に終わるのです。礼儀を重んじる日本の武道だからこそある考え方です。ぼくは、剣道の先生がこのようなことをおっしゃったことを覚えています。

「剣道はな、勝っても敗けても相手に感謝しなきゃいけないんだぞ。」と、おっしゃったことです。すぐには意味がわかりませんでした。しかし、考えてみると、勝ったら自信になり、次もやろうと自分をひきしめてくれ、また、敗けてもその悔しさをバネに次こそという気にさせてくれます。このことがわかってから、礼は大切なことだと思い、敗けてもふてくされた態度をとらず、勝っても喜びを表面に出さず、普通のふるまいをするようにしました。

長友佑都選手が、なぜおじぎパフォーマンスをするのか考えてみましょう。ぼくは、長友選手は相手や仲間感謝しておじぎをしているのではないかと思いました。ゴールを決めるチャンスを作ってくれたり、ゴールを決めさせてくれたりしたのは、自分だけの力だと思っていないからだと考えました。サッカーでも、武道と同じように相手に感謝しなければならないと思っています。感謝しなければいけないのは、相手や仲間だけではなく、応援してくれた人や色々なことを教えてくれた先生などにも感謝しなければいけません。

そもそも、礼儀が大切なのは武道やサッカーだけではなく、どんなところでも大切です。部活動をする上で、社会に出て仕事をする上で、どんなところでも、礼儀は何よりも大事になります。そして、大人になって、はずかしくない礼儀を身につける必要があります。そのためには、小中学生である今のうちに必要最低限の礼儀を知っておかないといけないと思います。

学校や習い事の先生など、普段は感謝しなければならない人に対して、あまりよくない態度をとったり、かげで悪く言ったりして、礼儀がしっかりしているとは思えません。だから、今のうちにそのような態度をつつしみ、正しい礼儀作法を身につけ、それを次の世代に受け継いでいくことによって、日本の礼儀はよりよいものになっていきます。それを考えながらぼくは生きていこうと思います。

おめでとう20歳

成人を祝うつどいを開催

市と成人を祝うつどい実行委員会は、成人を迎える若者たちの門出を祝福するため、「成人を祝うつどい」を開催します。

対象は平成5年4月2日～平成6年4月1日に生まれた方で、市内に約1800人。当日は実行委員会が企画した式典などを行います。ぜひご参加ください。

記念式典とアトラクション

●日時 1月13日(祝)午後1時から(開場は正午)

●場所 たましん RISURU ホール(立川市市民会館)

●記念式典 ①吹奏楽演奏(立川市吹奏楽団)②励まし・お祝いの言葉(市長・市議会議員)③新成人の言葉

(新成人)

●記念アトラクション 和太鼓『趣』・東京女子体育大学新体操競技部・ビデオメッセージ(恩師・著名人)など

●交流会場 式典終了後、地階展示室で懐かしの給食メニューなどの喫茶コーナーやキャラクターとの記念撮影ブースを設けます。

※公共の交通機関をご利用ください。

問子ども育成課青少年係・内線1306

20歳から国民年金にご加入を

日本に住む20歳～60歳のすべての人は、国民年金に加入し、保険料を納めることになっています。国民年金は、老後だけでなく、万が一、病気やけがで障害が残ったときなどの生活保障になります。

20歳の誕生月に日本年金機構から

国民健康保険

手続きや便利なサービスをご案内します

国民健康保険制度は、すべての国民が何らかの医療保険に加入する「国民皆保険制度」の中核を担い、地域の方々の安心・安全な医療の確保や健康づくりに大きな役割を果たしています。

よくある質問を通して、手続きや便利なサービスについてご案内します。

問保険年金課 ▶ 医療費給付係・内線1401 ▶ 国民年金係・内線1394 ▶ 賦課係・内線1407 ▶ 収納係・内線1411 ▶ 医療費適正化担当・内線1399 ▶ 業務係・内線1390

加入や脱退の手続き



就職して会社の健康保険に入りました。国民健康保険をやめるにはどうしたらいいですか。

会社の保険証(被扶養者がいる場合は全員分)、今までの国民健康保険の保険証、印鑑を持って、14日以内に保険年金課(市役所1階)で脱退の届け出をしてください。

問医療給付係

会社を退職したので国民健康保険に入りたいのですが、どうしたらいいですか。



「加入していた医療保険等の資格喪失証明書」、印鑑(お持ちの方は、運転免許証やパスポートも)を持って、14日以内に保険年金課(市役所1階)で加入の届け出をしてください。

問医療給付係



会社を退職したときに行う手続きはほかにありますか。

年金の手続きがあります。60歳未満の方とその被扶養配偶者(国民年金第3号被保険者)の方は、国民年金第1号被保険者への加入手続きが必要です。

手続きの際には、「雇用保険離職票」、年金手帳、印鑑を保険年金課(市役所1階)へご持参ください。なお、厚生年金保険や共済組合に加入している方の被扶養配偶者となる場合は、配偶者の勤務先を通じて加入手続きをしてください。

問国民年金係

病院での支払いや葬祭費

入院することになりました。病院の窓口での支払いを少なくする方法はありますか。



入院や外来診療で医療費が高額になる場合、「限度額適用(標準負担額減額)認定証」の提示により、医療機関等の窓口で支払う金額が各世帯の1か月当たりの自己負担限度額までとなります。また、住民税非課税世帯のみ入院時の食事代が減額されます。認定証が必要な方は、保険証と印鑑を持って、申請してください。なお、「高齢受給者証」をお持ちの方で住民税課税世帯に属する方は、「高齢受給者証」の提示により限度額までの支払いとなるため、申請の必要はありません。また、保険料の未納がある世帯の方には発行できません。

問医療給付係



病院窓口での支払額の減免について教えてください。

医療機関等の窓口で支払う自己負担額(一部負担金)には、一定期間の減免や支払い猶予の制度があります。申請が必要ですので、災害、病気、けが、失業、その他特別な事情があり、一時的に生活が困窮し、支払いが困難な方は、お早めにご相談ください。

問医療給付係

葬祭費について教えてください。



国民健康保険に加入している方が亡くなった場合、その葬儀を行った喪主の方へ葬祭費(5万円)が支給されます(後期高齢者医療制度も同様)。①会葬礼状または葬儀会社の領収書②喪主の方名義の金融機関口座が分かるもの③喪主の方の印鑑を持って、申請してください。なお、葬儀をした日の翌日から2年を過ぎると申請できません。

問医療給付係

保険料の減免や支払い



国民健康保険料の軽減・減免について教えてください。

以下のような制度があります。

●特別な事情により保険料の納付が困難な場合 災害、病気、けが、失業、その他特別な事情により、あらゆるものの活用を図っても保険料を納付できないと認められる場合には、納期限の7日前までに申請することで、保険料が減免される場合があります。お支払いが困難な場合は、お早めにご相談ください。

●所得が少ない世帯への軽減 軽減の判定は前年の所得に基づいて行うため、所得がなかった方も申告してください。世帯主を含めた加入者の前年の総所得金額等の合計が基準以下の場合には、保険料が自動的に軽減されます。

●非自発的失業者に対する軽減 会

社の倒産や解雇等により離職した方(非自発的失業者)は、申請により給与所得を100分の30とみなして保険料を算定できる場合があります。申請には、ハローワークの発行する「雇用保険受給資格者証(原本)」と印鑑が必要です。対象期間は、離職日の翌日の属する月から翌年度末までです。なお、他の市区町村から転入してきた方が転入前の市区町村で申請し軽減を受けていた場合も、立川市へ再度申請が必要です。くわしくはお問い合わせください。

●旧被扶養者に対する軽減 75歳になり会社の健康保険などの「被用者保険」から「後期高齢者医療制度」に移行したことで、その被扶養者であった65歳～74歳の方が新たに国民健康保険に加入することとなった場合、申請により、保険料の所得割額の全額と均等割額の5割を軽減します。

問賦課係

保険料の支払いが遅れてしまったらどうすればよいですか。



納付期限を過ぎた納付書を利用する場合は保険年金課(市役所1階)、窓口サービスセンター(女性総合センター1階)、各連絡所の窓口でお支払いください。窓口サービスセンターは平日午前8時30分～午後8時、土曜・日曜日午前8時30分～午後5時に利用できます。

問収納係



保険料を払わないでいるとどうなりますか。

納期限を過ぎると延滞金が発生する場合があります。また、納期限までにお支払いがない場合、督促状を発送します。督促状の指定期限までにお支払いいただけない場合は、滞納処分の対象となり、財産調

査や差し押さえ等を執行する場合があります。また、保険証の有効期限が短くなる短期被保険者証や医療機関での自己負担額が10割となる資格証明書の交付といった制度が適用されることもあります。期限内納付が困難な場合はご相談ください。

問収納係



保険料の納め忘れがないように口座振替にするにはどうすればいいですか。

ご連絡いただければ口座振替依頼書を郵送します。必要事項を書いてご返送ください。各金融機関にある申請用紙でも申請できます。また、保険年金課(市役所1階)、窓口サービスセンター(女性総合センター1階)ではキャッシュカードをスキャンするだけの簡単な口座振替受付も実施しています。

問収納係

医療費の適正化



ジェネリック医薬品に切り替えるのとどのくらい安くなりますか。

市では7月、10月、2月の年3回、お使いのお薬をジェネリック医薬品に切り替えた場合、自己負担額をどの程度軽減できるかを試算した「ジェネリック医薬品に関するお知らせ」を送付しています。ジェネリック医薬品を利用する際の参考にしてください。

問医療費適正化担当

柔道整復、はり・きゅう、マッサージに国民健康保険は使えますか。



柔道整復、はり・きゅう、マッサージなどの施術には、国民健康保険が使える場合と使えない場合があります。施術を受ける際は、よくご確認ください。

国民健康保険が使えるのは次のような場合です(はり・きゅう、マッサージの施術には、あらかじめ主治医発行の同意書が必要です)。

●柔道整復 外傷性の打撲、捻挫、

挫傷(肉離れなど)。骨折、脱臼の応急処置(応急処置後の施術には医師の同意が必要)。

●はり・きゅう 慢性病であって医師による適当な治療手段がないもの。主として神経痛、リウマチ、頸腕症候群、五十肩、腰痛症や頸椎捻挫後遺症等の慢性的な疼痛を主症とする疾患の施術。

●マッサージ 筋麻痺や関節拘縮等であって、医療上マッサージを必要とする症例についての施術。

問医療費適正化担当



「特定健康診査」受診を勧めるはがきがきたのですが……。

国民健康保険に加入している40歳以上の方を対象に、メタボリックシンドロームに着目した「特定健康診査」を実施しています。受診が確認できない40歳～59歳の方には、株式会社パソナを通じて11月から12月にかけて、はがき、電話または居宅訪問で受診の呼び掛けを行っています。今年度の受診期間は平成26年3月末までです。

問業務係