

環境課からのお知らせ

●5月の例 祝日でも収集は行います

日	月	火	水	木	金	土
				1 (第1・木)	2 (第1・金)	3 (第1・土)
4	5 (第1・月)	6 (第1・火)	7 (第1・水)	8 (第2・木)	9 (第2・金)	10 (第2・土)
11	12 (第2・月)	13 (第2・火)	14 (第2・水)	15 (第3・木)	16 (第3・金)	17 (第3・土)
18	19 (第3・月)	20 (第3・火)	21 (第3・水)	22 (第4・木)	23 (第4・金)	24 (第4・土)
25	26 (第4・月)	27 (第4・火)	28 (第4・水)	29	30	31

各ごみの収集日については「南国市の家庭ごみの分け方・出し方」をご覧ください。最新版は「平成24年作成」です。市役所総合案内、各支所で配布しています。

第○・○曜日が家のカレンダーでいつなのかわかりにくい場合は、右の表を参考にしてください。

市民の皆様がほんの少しの手間をかけていただくだけで、ごみ処理にかかる費用が軽減されます。

水分を切りましょう
家庭から出るごみの半分は水分です。特に台所から出るごみは水分が多いので、水切りを行

ごみ出しワンポイント

注意事項
▼小雨決行、ただし悪天候（気象に関する警報発令など）の場合は中止とし、延期はありません。

▼家庭のごみや草木、水路などの泥は収集しません。

6月は環境月間です。市内の良好な生活環境を保全するために、一斉清掃を実施します。市民の皆さんの参加・ご協力をお願いします。

■とき／6月1日(日)
*開始時刻は地域で定めていますので、回覧などでご確認ください。

*午前9時30分には地域で定められた集積場所へ集めてください。

市内一斉清掃

市民の皆様のご理解とご協力をお願いします。

■ほたるは見て楽しむだけにしましょう。

■川にごみを捨てないようにしましょう。

ほたるの保護について

毎年5月中旬から6月上旬にかけて、ほたるが飛び交う様子を見ることができ、その多くは山間部で、平野部では数えるほどしか確認できません。

市では、平成25年3月にほたる保護条例を改正し、国分川以北を重点保護区域と定め、ほたるやそのエサとなるカワニナを保護しています。

PM2.5(微小粒子状物質)について

県には、高知市介良といの町、須崎市、安芸市、四万十市に測定局があります。この結果は、環境省のホームページで確認することができます。

市では、朝の5時から7時までの平均値が1立方メートル当たり85マイクログラム（1マイクログラムは100万分の1グラム）を超えた場合、または朝の5時から12時までの平均値が1立方メートル当たり80マイクログラムを超えた場合には、市内の保育所、幼稚園、小学校および中学校に注意喚起を行います。



PM2.5の大気中の濃度が1日平均1立方メートル当たり70マイクログラムを超えた場合には、次のことに注意が必要です。

○外出や屋内の換気を控える。

○心臓や肺に持病のある方や、お年寄り、子どもなど影響を受けやすいと考えられる方は、体調に応じてより慎重に行動する。

※お問い合わせは、環境課（☎880-6557）まで

国保だより

《特定健康診査を受診しましょう》

国保加入者のうち40歳～74歳の方は、特定健康診査の自己負担（健診料）が無料です。各地区の公民館など（集団健診）や、特定健診を行う医療機関（個別健診）で受診できます。年に1度の健康チェックのため受診しましょう。

■検査項目

①身体測定②血圧測定③尿検査④血液検査（血糖・脂質・肝機能・クレアチニン・尿酸）

■健診場所（市のホームページでもご覧になれます）

▶各地区の公民館など／健診カレンダー（広報4月号に添付）または毎月の広報

▶医療機関／案内文書（受診券に添付）

■持参物／受診券（紫色）、国保の保険証、問診票（受診券と一緒に送付）

■受診券送付時期

▶4月1日以前から国保に加入されている方（長期入院者、施設入所者等を除く）／4月末から順次受診券を送付しています。

▶4月2日以降に国保に加入し受診を希望される方／市民課国保係までご連絡ください。

■人間ドック受診時の助成

▶特定健診と人間ドックの同時受診ができる医療機関の場合、人間ドックにかかる費用のうち特定健診分の費用が減額されます。医療機関に予約の際に必ずご確認ください。

▶同時受診ができない医療機関の場合でも、特定健診分の費用の払い戻しができる場合があります。人間ドックを受診する前に市民課国保係へお問い合わせください。

《医療費の一部負担金の減免制度について》

国保被保険者の方が、次のいずれかに該当したことにより、生活に困窮し、医療費の支払いが困難と認められるときは、医療費の一部負担金について減免・徴収猶予を受けられる場合があります。

- ①災害により死亡・障害者となったとき、または資産に重要な損害を受けたとき。
- ②干ばつ、冷害などにより農産物の不作、不漁などで収入が著しく減少したとき。
- ③事業または業務の休廃止、失業などで収入が著しく減少したとき。
- ④①～③に類する事由があったとき。

※お問い合わせは
市民課国保係（☎880-6555）まで

知って得する国民年金

国民年金保険料の納付期限は翌月の末日です
忘れず納めましょう

国民年金保険料の免除申請ができる対象期間が拡大されました

国民年金は、所得が少ない時や失業などにより保険料を納付することが経済的に困難な場合、保険料の免除を申請することができます（配偶者や世帯主が失業などに該当する場合も免除を受けられる場合があります）。

これまでは、過去分の国民年金保険料の免除が受けられる期間は、申請の直前の7月（学生納付特例は直前の4月）までの1年以内でしたが、平成26年4月からは、申請時点の2年1カ月前の月分まで申請できるようになりました。

【例】免除・納付猶予の場合(平成26年4月に申請する場合)

	24年 3月	25年 7月	26年 4月	26年 6月
これまで		←申請が可能な期間→		
平成26年4月から		←申請が可能な期間→	←2年1カ月→	

◎所得審査を行います

申請期間に対応する前年所得を基に審査を行いますので、免除が承認されない場合があります。なお、全額免除と一部免除については、配偶者および世帯主の所得、若年者納付猶予については配偶者の所得も審査の対象となります。

◎ご注意ください

申請が遅れると、万一の際に障害年金などを受け取れない場合や、失業などの特例免除が受けられない場合がありますので、早目に申請手続きをお願いします。

※申請・お問い合わせは
南国年金事務所（☎864-1111）
市民課年金係（☎880-6555）まで