

二号被保険者の人や、その第二号被保険者に扶養される配偶者の第三号被保険者の人は勤務先の事業所が加入手続きを行いますので、個別の手続きは必要ありません。

国民年金の第一号被保険者の平成22年度の保険料額は、月額15100円です。

学生など、収入が少ないために国民年金保険料の納付が困難な場合は、申請により保険料の納付が猶予または免除となる制度があります。

この申請を行わないまま、国民年金保険料が未納となった場合、老後の年金を受けられなかったり、年金額が低くなる場合があります。また、「万が一」のときに障害年金が受け取れないなどの思わぬ事態を招きますので注意してください。

#### 年金出張相談所

▼とき 1月19日(水)・2月23日(水) 10時から15時まで

▼ところ 市民窓口グループロビー

▼募集人数 20人

▼申込方法 相談開設日の10日前までに年金相談受付票による予約(電話予約可)をしてください

#### ねんきん定期便等相談所

社会保険労務士による出張相談所を開設します。

▼とき 毎週木曜日 9時から15時まで

▼ところ 市民窓口グループロビー

▼申込方法 当日先着順に受付しますので「ねんきん定期便・特別便」に同封してある書類、印鑑、年金手帳など参考となる書類を持参してください

#### 問い合わせ先

市民窓口グループ 国民年金班(☎内線232) または有明支所(☎内線505)

#### 不用品の交換

##### おゆずりします

水盤(剣山付)、除湿機、足用ジェットマッサージ機、猫用トイレ

##### おゆずりください

ミニバイク、自転車(大人用)、新生児用チャイルドシート、礼服(女性用・9号)、七五三着物(女児用)

詳しくは、市民生活グループ 市民相談センター(☎内線184)へ。

## シリーズ 病気・けがの最前線



### 「脳卒中の予防と早期受診について」

#### 脳卒中とは

脳卒中とは、脳の血管がつまったり、破れたりして、その先の細胞に栄養が届かなくなって細胞が死んでしまう病気のことです。そうすると急に倒れて意識がなくなったり、半身のマヒが起きたり、ろれつが回らなくなったりする発作が起きます。

#### 脳卒中になりやすい人

①高血圧である、②糖尿病である、③脂質異常症である、④たばこを吸う、⑤お酒をたくさん飲む、⑥脈が乱れることがよくある、⑦太っている、⑧運動不足である、⑨60歳以上であるなどが当てはまる人です。まずは脳卒中が起こる前にきちんと管理しておくことが大事です。

長崎県島原病院 高次脳卒中センター  
副センター長 松尾 義孝



#### 脳卒中の症状

脳卒中の症状はある日突然起こります。一時的な半身のマヒや手足のしびれ、ものが二重に見える、ちょっとした間、言葉が出てこなくなったりといった前触れが先に起きていることもあります。これは脳の血管が一時的に詰まるために起こるもので、これに気づくと大きな発作の前に治療をすることもできます。しかしながら気づかないことも少なくありません。突然、これらの症状が出たときは、できるだけ早く(3時間以内に)、手当てをすることがその後の経過に大きく影響します。こんな症状が起こったときには、とにかく、すぐに救急車を呼ぶ必要があります。

島原地域では脳卒中に迅速に対応するため、高次脳卒中センター(長崎県島原病院)と医療機関や救急隊との間に脳卒中ホットラインが設けてあり、連絡調整を直接行うことができるようになっています。日ごろから健康管理を行い、脳卒中を予防しましょう。万が一、脳卒中が疑われるときにはすぐに受診しましょう。

今月号から3回にわたり、病気やけがの最新の情報をご紹介します。  
次回は「大腿骨骨折」の予定です。

