

市税の減免措置

次に該当する方は市税が減免になる場合がありますのでご相談ください。減免を受けるには、納期限7日前までに申請が必要となります。

- 市民税
・生活保護を受けている方
・所得が皆無となったため生活が著しく困難となった方
・学生および生徒
● 固定資産税
・生活保護を受けている方
・公益のために使用する固定資産(有料で使用するものを除く)
・その他特別の理由のある方
● 軽自動車税
・公益のために使用する軽自動車
・生活保護を受けている方の原動機付自転車
・身体や精神に障害を有し、歩行が困難な方が使用する軽自動車
・そのほか構造が身体障害者利用のためのものである軽自動車
・療育手帳A判定。B1・B2判定の方で、特別支援学校の通学に使用される軽自動車(軽自動車税の月割り還付はありません)
● 市税の災害減免・減額措置など
市民税、固定資産税は、災害による被害の程度によって納期末到来分の税の減免が受けられる場合があります。災害を受けてから30日以内に申請して

保険料額が改正されます

平成22年4月から平成23年3月までの国民年金保険料は月440円引き上げられ、月額15,100円となります。なお、国民年金保険料は平成29年度まで毎年度引き上げられます。

20歳になったものの所得が少なく、保険料を納めることが困難な方については、学生納付特例制度や若年者納付猶予制度などの保険料の納付が猶予される制度が利用できます。学生納付特例制度の申請受付は4月からで、「在学証明書」か「学生証」の写しが必要。平成21年度の申請は4月まで、平成22年度の一般免除申請受付は7月から(免除承認期間は22年7月～23年6月)です。失業などを理由に免除申請される方は、離職票または雇用保険受給権者証を持参ください。

また21年度に失業などを理由に免除承認されており22年7月からも免除申請を希望される方は、再度免除申請が必要です。

なお、免除承認は所得によって審査されます。未申告の方は免除申請されても免除承認却下となりますので、市民税の申告方をお願いします。

国民年金保険料の納め忘れはありませんか？

年金は世代と世代の支え合いの制度です。あなたが納付する保険料が、高

齢者世代の生活を支えています。同時にあなたや家族の年金権を守るためにも、保険料は忘れずに納付しましょう。国民年金の給付には、老後生活保障である老齢基礎年金だけでなく、思わぬ事故などにより障害が残ったときの障害基礎年金、生計を維持している人が亡くなったときの遺族基礎年金があります。保険料を納期限までに納めていないと、このような年金を受け取ることができなくなる場合があります。保険料は、日本年金機構から送付される「納付書」で、金融機関・郵便局・またはお近くのコンビニエンスストアなどでお支払いください。

ねんきん定期便

国民年金・厚生年金に加入しているすべての被保険者(20歳から60歳未満)の方に、年金加入履歴にもれや間違いがないか、毎年誕生日に日本年金機構より「ねんきん定期便」が定期的に送付されます。年金加入期間などの年金に関する個人情報に記載されていますので、内容を必ず確認してください。問い合わせは「ねんきん定期便専用ダイヤル ☎0570-058-555」または都城年金事務所へお願いします。

● 問い合わせ先 市民生活課市民係 ☎内線225・226、都城年金事務所 ☎0986-23-2571、ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165



なるほど！医療講座

著：串間市民病院 内科医師 相良 誠二

ただの胃炎、されど胃炎

皆

さんの中にも、これまでに胃カメラを受けたことがある方がたくさんいると思います。検査結果の説明で「胃炎があるね」といわれた方々のなんと多いことか。「そもそも胃炎ってなに？」「本当はほったらかしでいいの？」そんな方々のためにこれから急性胃炎、慢性胃炎と2種類に分けてお話しします。

急性胃炎

急性胃炎とは文字通り、「急に起きた」胃炎です。いきなりみぞおちが痛い、ムカムカする、食べ物や血を吐いたなどの症状が起きます。こういったときに胃カメラをみると、粘膜のただれや潰瘍を見つけることがあります。なんでこうなるのか？ いろいろ原因がありますが、特に注意が必要なのはストレス、食事、薬、感染症です。ストレスは昔でいう胃酸過多の状態になり、また有害物質を作って胃自身を傷つけてしまいます。食事(特に激辛料理などの刺激が強い料理)も長期間食べ続けると胃を傷つけます。薬は複雑な過程を経て胃を傷つけます。わたしたちが特に気を付けている薬が鎮痛解熱剤(痛み止め、熱さまし)、ステロイド薬など。感染症はピロリ菌という細菌が原因なのですが、後述します。じゃあどうすれば良いのか？ 食事はとにかくおなかに優しいものを食べてください。重湯をはじめ、お

粥、ぬるめのスープなど、おなかに残らないものを食べてください。薬に関しては、わたしたちは胃を傷つけるような薬は胃薬と一緒に内服してもらっています。ただし、それでも急性胃炎を疑うような症状の出る方が時々いるため、その時は胃薬の量を増やしたり、胃薬の種類を変更して対処しています。ただ、痛み止めの薬に関しては、最近胃に優しい薬があるため、そちらを使用するのでもいいでしょう。ストレスに関しては精神的、肉体的いづれが原因であるにしろ、胃薬を使用するだけでなくそのストレスを取り除くことがまず第一。皆さん、ストレスをため込みすぎないようにしましょうね。

慢性胃炎

胃カメラを受けた方はこの病名をよく聞くのではないのでしょうか？ 「何ともないのに病気の？」と思われるかもしれませんが、立派な病気です。専門的には慢性胃炎にもいろいろな種類があるのですが、いずれにしろ、原因の大半はピロリ菌という細菌です。この細菌、手を入れたら手が溶けてしまいそうな胃の中に感染します。そして有害物質を作ったり、白血球などを使って胃の細胞を次々に破壊していきます。最初は何ともないのですが、何年かすると胃潰瘍になり、最終的には胃がんになってしまいます。またピロリ

菌は年齢を重ねるごとに感染率が高くなり、40歳以上では70%以上が感染しています。そのため、慢性胃炎も年齢を重ねるごとに多くなり、50歳以上では70%以上が発症しているといわれています。

この慢性胃炎を発症しているかどうか、胃カメラ検査を行っています。慢性胃炎は特徴的な見え方があり、それがあつた時は潰瘍、がんなどの病気が隠れてないかさらに細かく観察します。たいていの方は無症状の慢性胃炎でそのまま様子見で構わないのですが、もし痛み、吐き気、胃が張った感じなどの症状が見られればその症状に合った内服薬を処方します。また潰瘍が見つかった方は潰瘍の治療とともにピロリ菌が感染しているか検査をします。見つければ除菌薬(抗生物質のようなもの)を使い、除菌治療を行います。一度潰瘍になった方でも除菌治療が成功すれば、再び潰瘍になる確率はぐんと減ります。たまたに除菌治療が失敗することがありますが、ほかの種類の治療薬でほとんど成功します。それほど、除菌治療というのは大事な治療なのです。何の症状もない慢性胃炎だから胃カメラはもういいでしょうではなく「慢性胃炎があるからまた来年受けてください」となるのはこのためです。胃で気になることがあればどしどし質問してください。