

スズメバチにご用心！



スズメバチは、気温が上がる初夏から秋にかけて活動が活発になります。

特に、8月から9月にかけては、蜂の数が最も多く、蜂刺されによる被害が多く発生しています。

屋外での農作業や、部活動などの際は、以下のポイントを参考に、スズメバチに刺されないよう十分注意しましょう。

①スズメバチから身を守る3つのポイント！

- ① 巣に近づかない・刺激しない
- ② 黒い服や帽子、香水や整髪料などの強い香りは控える
- ③ ハチが近くにいる場合は、低い姿勢をとり、ゆっくり後退し距離をとる

②もし、スズメバチに刺されてしまったら・・・

- ① すぐに安全な場所へ避難する（繰り返し攻撃をする習性があるため）
- ② 刺された部分を、流水で洗い流し、冷水や保冷材などで冷やす
- ③ 体調の変化を確認し、異常があればすぐ救急車を！



③アナフィラキシーを疑ったら、すぐに119番通報をしてください!!!

刺された後に、息苦しさや意識がぼんやりする、全身のじんましん、嘔吐などのアレルギー症状（アナフィラキシー）が現れた場合は、命に関わる非常に危険な状態です。すぐに119番通報し、救急車を要請してください。

また、刺された直後は症状がなくても、数時間経過してから腫れや痛み、じんましんなどの症状が現れることがあります。必ず病院を受診し、医師の診察を受けましょう。

石川消防署平田分署 ☎55-2213 FAX:94-2079



トイレに捨てないで！

◆トイレはゴミ箱ではありません。
トイレットペーパー以外のものは
捨てないでください。

捨てられていた事例

●衛生用品
マスク
生理用品
ティッシュ
猫砂
ペットシート

●ごみ類
生ごみ
ペットの糞尿
新聞紙
衣類 など

●ゴム手袋

●油類
サラダ油

●ポリエチレン
買い物袋 など

●その他
掃除用具
携帯電話



これらは実際にあった事例です。このようなものが原因となり汲み取りができなくなる恐れがありますので、トイレに捨てず、ルールを守って正しく排出くださいますよう、ご協力をお願いいたします。

どうして
捨てては
いけないの？

- 不織布は水に溶けず、水分を吸ってしまい汲み取りができません。
 - ティッシュ・新聞紙も水に溶けないため、詰まりの原因となります。
 - ごみ、ペットの糞尿は処理施設の設備の故障の原因となります。
 - 油類は、処理施設の設備の機能を低下させる原因となります。
 - ポリエチレン、ゴム手袋は化学物質であるため処理できません。
 - 掃除用具、携帯電話は汲み取り時にホースが詰まる原因となります。
- 落としてしまった場合は、受付時に申告してください。



※関連法令 「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」 第2条

石川地方生活環境施設組合 ☎26-2784

医療機関の適正受診にご協力ください

国民健康保険は、病気やけがをしたときに安心して医療機関を受診できるように、加入者が国保税を出し合って医療費を支え合う制度です。以下の点にご協力をお願いします。

●救急の場合を除き、平日の時間内に受診しましょう

休日、夜間に開いている救急医療機関は、緊急性の高い患者さんを受け入れるためのものです。また、時間外診療や休日・夜間の受診は割増料金となり、自己負担も大きくなります。

●「はしご受診」はやめましょう

同じ病気で複数の医療機関を受診することを「はしご受診」といいます。「はしご受診」は医療費を増やしてしまうだけでなく、重複する検査や投薬により、かえって体に悪影響を与えてしまう心配もあります。

●「かかりつけ医」を持ちましょう

「かかりつけ医」は、ご自身およびご家族の普段の健康管理をしてくれる身近な医師のことです。日頃の診察のほか、予防や指導も行ってくれるので、気軽に相談しましょう。

●受診するか迷ったら「福島県救急電話相談」をご利用ください

専門的な知識を持った看護師または医師がアドバイスを行います。

大人の救急

【対象】15歳以上

#7119

(または 024-524-3020)

小児救急

【対象】15歳未満

#8000

(または 024-521-3790)



Q ポリファーマシーとは？

A 多くの薬を服用していることにより、薬の相互作用や飲み間違い・飲み忘れなどが生じ、体に有害な影響を及ぼしてしまうことです。

Q ポリファーマシーを予防するには？

A ・お薬手帳を1冊にまとめる。マイナ保険証を利用して、処方薬全体を把握できるようにする。
・お薬手帳に、病歴・副作用・アレルギーの有無などの基本情報や、気になる症状をメモする。
・かかりつけ薬局を持ち、日ごろから処方されている薬の情報を把握してもらう。
・勝手に薬の服用をやめず、医師や薬剤師に相談する。

Q リフィル処方箋とは？

A 症状が安定している患者さんについて、医師が長期処方可能と判断した場合に、同じ薬を最大3回まで繰り返してもらうことができる処方箋です。

Q リフィル処方箋のメリットとは？

A ・医療機関を受診する回数が少なくなり、医療費の節約につながる。
・受診の機会が減ることで、感染症にかかるリスクが軽減される。
※薬や医療機関によっては利用できない場合があります。詳しくはかかりつけ医にご相談ください。

住民課 国保係 ☎55-3112

年金だより

～国民年金保険料の免除期間・納付猶予期間がある方へ～

国民年金保険料の追納をおすすめします！

国民年金保険料の免除(全額免除・一部免除・法定免除)、納付猶予、学生納付特例を受けた期間があると、保険料を全額納めたときに比べ、老齢基礎年金の年金額が少なくなります。そこで、将来受け取る老齢基礎年金の年金額を増やすために、10年以内であれば、これらの期間の保険料をさかのぼって納める(追納する)ことができます。

○令和8年3月31日までに追納する場合の保険料額(月額)

期 間	全額免除 納付猶予 学生特例	一部免除		
		3/4免除	半額免除	1/4免除
平成28年 4月～平成29年 3月	16,850円	12,630円	8,420円	4,210円
平成29年 4月～平成30年 3月	17,070円	12,800円	8,530円	4,260円
平成30年 4月～平成31年 3月	16,900円	12,670円	8,450円	4,220円
平成31年 4月～令和 2年 3月	16,950円	12,720円	8,470円	4,240円
令和 2年 4月～令和 3年 3月	17,070円	12,800円	8,530円	4,260円
令和 3年 4月～令和 4年 3月	17,110円	12,830円	8,550円	4,270円
令和 4年 4月～令和 5年 3月	16,990円	12,740円	8,490円	4,250円
令和 5年 4月～令和 6年 3月	16,770円	12,580円	8,380円	4,190円
令和 6年 4月～令和 7年 3月	16,980円※	12,730円※	8,490円※	4,240円※
令和 7年 4月～令和 8年 3月	17,510円※	13,130円※	8,750円※	4,380円※

※追納加算額はありせん

○追納するには「国民年金保険料追納申込書」が必要となります。

○申請書が欲しい場合、その他の詳しい内容については住民課または年金事務所までお問合せください。

住民課 ☎55-3112 / 郡山年金事務所 ☎024-932-3434