



# 男と女のいきいきコラム



男女共同参画社会の実現を目指して VOL.67

## 健康で過ごせるしあわせ

今月3日は、節分（「せつぶん」または「せちぶん」）です。皆さんのご家庭でも、豆まきをして鬼を追い払いますか？お子さんは、保育園や幼稚園などで豆まきをするかも知れませんね。

節分とは「季節を分けること」を意味し、立春・立夏・立秋・立冬といった各季節の始まりの日の前日を行います。私たちには、特に立春の前の日としてなじみがあります。最近では、節分の時期が近づくとスーパーマーケットやコンビニエンスストアなどの店頭には、節分にちなんだ品物が並べられ「豆まきをして鬼を追い払おう！」と気分を盛り上げてくれますね。



この地方では、イワシの頭をヒイラギの枝に刺して家の入り口に立て掛け、「鬼は外、福は内」と声を掛けながら、いった大豆をまき、自分

の年齢より1つ多い数の豆を食べ（年越しのおかずを作る家庭もあるそうです）、今年1年、病気をせずに健康で過ごすことができるように願う行事として定着しています。

昨年の12月5日に、男女共同参画推進講座「クリスマスのお菓子と料理」を、三輪やよい先生を講師に迎え開催しました。参加した親子、夫婦、祖母と孫、祖母・娘・孫の3世代、友人など男女70人は、お互いに協力しながら楽しく料理を作り、出来上がったお菓子と料理を食べた後は、片付けまでを一緒にして過ごしました。

皆さんの姿からは、年齢や性別などにかかわらず、「食に対する意識の高さ」と「楽しむ気持ち」を感じることができました。「健康で過ごせる期間」が長ければ、生涯を通して社会参画が楽しくできますね。

※2月21日（日）午後1時から土岐津公民館において、多治見市出身で女子栄養大学短期大学部教授の金田雅代先生による講演「食育は生活の羅針盤」を開催します。詳しくは、本紙と同時配付のチラシをご覧ください。皆さんの参加をお待ちしています。

Vol. 22

## 窓Q&A

### 長寿（後期高齢者）医療保険料の納付について

市民課・保険年金係  
内線131～136

**Q** 長寿医療保険料はどのように納めるのですか？

**A** 長寿医療保険料は原則として年金から天引きになります（これを「特別徴収」といいます）。ただし、次の基準などに該当する場合は、年金からの天引きは行われません。

- ▽年金受給額が年間18万円以下の方
- ▽長寿医療保険料と介護保険料の合計額が年金受給額の2分の1を超える方
- ▽介護保険料を年金から天引きされていない方

これらの方は、納付書や口座振替により保険料を納めていただきます（これを「普通徴収」といいます）。保険料の納付に口座振替をご希望の方は、市内の金融機関または市役所窓口にてお申し込みください。

※手続きに必要なもの（保険料の納付書・預金通帳・通帳の届け出印）

**Q** 特別徴収を希望しないときはどうすればいいですか？

**A** 平成21年4月から、特別徴収で納付していた方も、保険料の納付方法を口座振替に変更することができるようになりました。口座振替によるお支払いをご希望の方は、市民課保険年金係にお問い合わせください。

#### ご注意ください

▼これまでの納付実績などにより、口座振替への変更が認められない場合があります。また、口座振替に変更した後、保険料の滞納が続いた場合、年金からのお支払いに戻る場合があります。

▼年金からのお支払いが中止される月は、変更の申し出をする時期によって異なります。※引き続き年金からのお支払いをご希望の方は、手続きは必要ありません。