生活 地震発生時は、命を守る行動を　問合せ　防災・庁舎建設課（内線648）

１月14日午後０時25分、浦河沖を震源とするマグニチュード6．7の地震が発生し、市内では震度４を観測しました。このとき、多くの方が携帯電話・スマートホンなどで「緊急地震速報」を受信したのではないでしょうか。

緊急地震速報は、大きな揺れが来ると予想された場合に発表されます

速報は、震源付近で観測した地震波を基に発表されます。発表後、数秒から数十秒で大きな揺れが到達するといわれ、１月14日も速報受信後、数秒で揺れ始めました。

東日本大震災から間もなく５年。地震大国である日本は

いつ、どこで地震が発生するか分かりません。速報を受信したときは、直ちに命を守る行動を取ってください。また日頃から、万が一に備えておきましょう。

地震が発生したときは

●頭を保護して机の下にもぐる　●屋外の場合は、屋根や看板などの落下物から身を守る　●家具や冷蔵庫、窓ガラスから離れる　●すぐに消火できる場合以外、揺れが収まってから火を消す　●電気のブレーカーを切り、ガスの元栓を閉めてから避難する　●テレビやラジオ、携帯電話、スマートホンなどから正確な情報を入手する

日頃から備えましょう

●停電に備え、携帯ラジオ・懐中電灯を用意する　●連絡手段や集合場所を家族で決めておく　●災害用伝言ダイヤル「１７１」の利用方法を家族で確認する　●３日分の飲料水・非常食などを備蓄する　●自宅周辺の指定緊急避難場所や指定避難所、避難経路などを確認する

生活 国民健康保険の手続きをお忘れなく　問合せ　保険年金課（内線658）

就職や退職、転居などに伴って、届け出が必要です。14日以内に手続きをしてください。

必要書類　本人確認書類・世帯主と異動する方の個人番号
＊この他に、下記にあるものをお持ちください。

申込み　保険年金課か各出張所

〈国保に加入するとき〉

●転入した＝特定同一世帯所属者異動連絡票・旧被扶養者異動連絡票（いずれも該当者だけ）
●勤務先の健康保険をやめた、扶養家族から外れた＝資格喪失証明書
●任意継続している健康保険の期間が終了した＝資格喪失証明書か任意継続の健康保険証（全員分）
●子どもが生まれた＝健康保険証・世帯主の預金通帳など
●生活保護を受けなくなった＝生活保護廃止決定通知書

〈国保をやめるとき〉

●転出する＝健康保険証
●勤務先の健康保険に加入した、扶養家族となった＝国保と勤務先の健康保険証（全員分）か資格取得証明書
●国保加入者が死亡した＝健康保険証・印鑑・会葬はがき・喪主か施主の預金通帳など
●生活保護を受ける＝健康保険証・生活保護開始決定通知書

〈その他に手続きが必要なとき〉

●住所や氏名、世帯主が変わった＝健康保険証
●就学で他市町村に住む＝健康保険証・在学証明書など
●市外の施設や、介護保険の適用除外施設に入・退所する＝健康保険証・在所証明書
＊健康保険証をなくしたときも、手続きが必要です。

生活 国民年金の手続きをお忘れなく　問合せ　保険年金課（内線709）

国民年金は、国内に住む20～59歳の全ての方が加入する制度です。

会社などを退職する皆さんへ

〈被保険者の種類〉

第１号被保険者　自営業・農林漁業・学生・無職の方など
第２号被保険者　厚生年金や共済年金の加入者
第３号被保険者　第２号被保険者に扶養されている配偶者

60歳未満で、これまで厚生年金や共済年金などに加入していた第２号被保険者が退職した場合は、国民年金の第１号被保険者になる届け出が必要です。また、扶養されていた配偶者は、第３号被保険者から第１号被保険者に変更する届け出をしてください。

必要書類　年金手帳・退職日が確認できる書類（社会保険資格喪失証明書や離職票など）

申込み　市役所保険年金課か各出張所、年金事務所

保険料の納付は

届け出をしてから約１カ月後に、日本年金機構から納付書が送付されます。金融機関か郵便局、コンビニエンスストアで納付してください。口座振替やクレジットカードで納付する方法もあります。

お得な前納割引制度　１年・６カ月分をまとめて前納すると安くなります

納付が困難なときは

保険料を未納のままにすると、将来受け取る老齢基礎年金が少なくなったり、受給できなくなったりすることがあります。納付が困難なときは、市役所保険年金課か各出張所、年金事務所で免除の手続きをしてください。
＊本人と配偶者、世帯主の所得審査があります。退職した場合は、その方の所得審査をしない「失業による特例免除」があります。