

禁煙で大切な人の健康を守りましょう



喫煙で死亡の危険度が高まります

■5月31日（金）は「世界禁煙デー」

たばこは、肺がんをはじめ多くの病気の危険性を高めることが明らかになっています。

WHO（世界保健機関）は、5月31日（金）を「世界禁煙デー」と定めています。

■喫煙者は死亡の危険度が高い

非喫煙者の死亡の危険度を1とした場合、喫煙者は、肺がんで男性4・8倍、女性3・9倍、心疾患で男性2・2倍、女性3・0倍も死亡の危険度が高くなっています。

また、COPD（慢性閉塞（へいそく）性肺疾患）の発症や死亡の危険度も高くなります。

■たばこをやめられない原因は、ニコチン依存症

喫煙の本質は、ニコチン依存症という病気です。

禁煙しようとするニコチン濃度が低下し、イライラや集中力の低下などの離脱症状が現われ、この離脱症状がたばこをやめられない原因となります。

たばこをやめたいと考えている人は、禁煙の成功率を高めるために、市販のガムやパッチの利用、禁煙外来の受診を検討してみましょう。

■禁煙で健康を守りましょう

禁煙を始めると、20分後には血圧や脈拍が正常化し、1日後には肺の汚れが消え始め、3日後には呼吸が楽になるといわれています。喫煙は自分自身の健康だけでなく、家族や周囲の人の健康にも影響を与えます。禁煙で、あなただけでなく、あなたの大切な健康を守りましょう。

▼お問い合わせ先

町総合保健福祉センター

☎096・235・8711

✉klg113@town.kosa.lg.jp

町総合保健福祉センター ☎096-235-8711 ✉klg113@town.kosa.lg.jp

町では、参議院議員通常選挙の期日前投票所における投票立会人を、次のとおり募集します。

●申込期限

6月14日（金）（必着）

●募集人数・立会期間

1日2人・16日間

●主な仕事内容

- ・期日前投票所の投票事務が公正に行われるよう監視する。
- ・投票所閉鎖後に投票録へ署名する。

●応募資格

本町に住所があり、選挙権がある人

※特定の候補者の選挙運動に積極的に携わっている人、候補者の親族は応募をご遠慮ください。

●応募方法

町総務課で、申込書に必要事項

を記入してご応募ください。

●投票立会人の選任方法

①参議院議員通常選挙の選挙期日が確定した後、立会い可能な日程を応募者に確認します。

②事務局で選出（応募者多数の場合抽選）し、採用について通知します。

●立会日

公示日の翌日から選挙期日の前日まで

●従事時間

午前8時15分～午後8時15分（立会時間は午前8時30分～午後8時）

※休憩は交代で適宜取っていただきますが、施設外へ出ることはできません。

●立会場所

町役場2階 総務課前期日前投票所

●報酬

1日につき9,400円

●その他

立会日の昼食は各自ご用意ください。

▼お申し込み・お問い合わせ先

町選挙管理委員会（町総務課内）

☎096・234・1140

（内線221）

✉klg202@town.kosa.lg.jp

☎096・235・8711

期日前投票所の投票立会人を募集



参議院議員通常選挙の期日前投票への立会いです

町総務課 ☎096-234-1140(内線221) ✉klg202@town.kosa.lg.jp

国民年金

老後だけじゃない
国民年金のメリット



国民年金についてのご相談は町住民生活課まで

■ 一生を通じて生活をサポート

国民年金は、老後に受け取るものと思っただけではありませんか。

国民年金は、老後の生活を支えるだけでなく、病气やけがなどで障害が生じたときに受け取る障害年金、被保険者が亡くなったときに遺族が受け取る遺族年金などがあり、一生を通じて被保険者の生活をサポートするものです。

■ 生きていく限り受け取れる老齢年金

老齢年金は、生きていく限り受け取ることができます。

日本人の平均寿命が80歳を超える中、生涯支給される国民年金は、老後の生活の大切な支えとなっています。

■ 納めた保険料は全額控除

さらに、納めた国民年金保険料が「社会保険料控除」として全額控除の対象となり、税金の負担が軽減できるメリットもあります。

例えば、民間の個人年金は、生命保険料・医療保険料と合わせて12万円までしか控除の対象になりませんが、国民年金は年間約18万円の保険料が全額控除の対象となります。

■ 保険料の納付が困難な場合は、ご相談ください

国民年金のさまざまなメリットを受けるためには、保険料をきちんと納付することが必要です。未納があると満額の老齢基礎年金を受け取ることができませんので、未納分もきちんと納めましょう。保険料の納付が困難な場合は、納付を減額・免除する制度を利用することができます。未納のままにせず、まずはご相談ください。

▼ 相談・お問い合わせ先

・ 熊本東年金事務所

☎096・367・2503

・ 町住民生活課

☎096・234・1113

(内線104)

男女共同参画

■ 女性消防団結成までの経緯

町消防団（上野浩信団長504人）では、平成25年度から女性消防団が結成されました。

近年、ほかの自治体において女性消防団員によるさまざまな活動が行われていることから、消防団運営のさらなる活性化を図るため、これまでの男性のみの組織構成が見直されました。

初代女性消防団は、町の女性職員の有志5人により結成されました。

■ 今後の女性消防団員の活動

5人は、4月14日（日）に行われた新入団規律訓練で、男性消防団員と共に訓練に参加。その後に行われた辞令交付式で、正式な女性

町消防団に
女性消防団員が誕生



女性消防団員に登用された町職員の有志5人



4月14日（日）に行われた新入団規律訓練では、男性消防隊員と共に訓練に参加

性消防団員が誕生しました。

今年度は、町消防団主催の防火啓発活動など、さまざまなイベントへの参加が予定されています。女性消防団員のこれからの活躍が期待されます。

■ 女性消防団員のコメント

● 町消防団役場分団 池田三奈さん

「結成されて間がなく、消防団員としての活動も把握できていませんが、さまざまな活動などを経験して、本町のために尽力したいと思います」

※町消防団では、女性消防団員を募集しています。詳しくはお問い合わせください。

町住民生活課 ☎096-234-1113(内線104) ✉k1g106@town.kosa.lg.jp

町総務課 ☎096-234-1140(内線221) ✉k1g202@town.kosa.lg.jp