賢く みんなの 年金学

熊本東年金事務所　☎096－367－2503
市民課 国保年金係　☎32－1417

国民年金基金をご存じですか

国民年金基金は、自営業・フリーランスで働く人（国民年金第1号被保険者）が将来受け取る国民年金（老齢基礎年金）に上乗せをする公的な年金制度です。加入は任意です。

国民年金基金に加入できる人

①20歳以上60歳未満の国民年金第1号被保険者
②60歳以上65歳未満または海外居住者で、国民年金の任意加入者
※障害年金受給などで法定免除を受けており、引き続き保険料の納付を申し出た人も加入することができます。
※国民年金の保険料の免除や納付猶予の承認を受けている人、農業者年金に加入している人は加入できません。
※国民年金の付加保険料を納めている人は、国民年金基金に加入すると、その部分は基金が代行するため納付できなくなります。

＜資料請求・相談＞
熊本県国民年金基金　☎096－387－2220
☎0120－65－4192（ローゴ ヨイクニ）

国民年金基金のポイント

◆年金は終身年金が基本。一生涯受給できます。
◆加入時の掛け金は年齢、性別、加入する型と口数で決定。加入期間が終わるまで変わりません。加入年齢が若いほど掛け金は安くなります。
◆掛け金は 年額816,000円まで全額社会保険料控除の対象となり、所得税や住民税が軽減されます。
◆受け取る年金は公的年金等控除が適用されます。
◆自己都合で脱退や解約はできませんが、途中で掛け金の増額や減額、一時休止は可能です。

みんなで学ぼう じんけん

生涯学習課
人権教育係
☎32－1934

どもりと つき合う

地域人権教育指導員
本田 博通（ひろみち）

私が以前働いていた学校に、吃音（きつおん）があり会話に時間の必要な子どもがいました。その子を回想しながら読んだ、「日本吃音臨終研究会」元会長の伊藤伸二さんの著作「知っていますか？どもりと向き合う一問一答」の一部を紹介します。

私は小学校2年生の秋の学芸会の劇で担任教師から、セリフのある役をはずされたことで、吃音を「劣ったこと、恥ずかしいこと」とマイナスに意識したことから悩み始めました。矯正所に通いましたが治りませんでした。しかし、私にとって良かったのは、「吃音は治る」という幻想を捨てられたことと、吃（ども）る人に出会えたことでした。その後、吃る事実を認め、吃音を隠さず、話すことから逃げなくなると、できないと思っていたことが思い込みであり、吃ってもできることが分かりました。自信を得た私は教員を養成する国立大学の教員となり、吃りながら講義をし、大勢の前で講演しました。

これまでのことから、吃音は治すのではなく、吃音と上手につき合うことを目指すことが、現実的な吃音への対処だと気づきました。今、私は仲間と共に「吃りながら、豊かな人生を送ることができる」ことを社会に知らせていく活動をしています。

「知っていますか？どもりと向きあう一問一答」より抜粋

「ワーク・ライフ・バランス」について考えよう！

「ワーク・ライフ・バランス」って？

「仕事と生活の調和」を意味した言葉。
仕事と仕事以外の生活のバランスが取れ、相互に好影響を与えることです。

現在、日本では少子高齢化や人口減少が進んでいます。そのため、働き手が不足し、長時間労働につながっています。長時間労働は、うつ病などの精神的な不調を引き起こすだけでなく、出産・育児・介護などのライフ・イベントに直面し時間制約を抱える従業員の意欲の低下や離職につながり、結果的に人手不足に拍車がかかることになります。

働き方を見直し効率よく働くことで、生活の時間を確保し、ワーク・ライフ・バランスを「福利厚生」ではなく「経営戦略」として推進していくことは、個人・企業・社会全体にとって極めて重要な課題となっています。

また、心身共に健康な状態で人生の生きがいや喜びにつながる個人の時間を充実し、豊かな暮らしを送るために、改めて「ワーク・ライフ・バランス」について考えてみましょう。

パートナーシップ通信

vol.166

人権啓発課男女共生係
☎32－1708

9/8（土） パートナーシップフェスティバル

時間　午後1時　**場所**　ラポート
「ワーク・ライフ・バランス」を見直すきっかけに、参加してみませんか。
詳しくは、8月号35ページをご覧ください。

市男女共同参画審議会委員のご紹介

千葉崎 圏兒（けんじ）

趣味　魚釣り
座右の銘　「着々寸進、洋々万里」

理想の社会や住み良い地域・郷土とは何か。
先人は各々（おのおの）の場で努力してきました。男女共同参画の推進も、一進一退しながらも進歩してきたと感じています。家庭や職場で男女が共にその能力を生かし、切磋琢磨（せっさたくま）しながら暮らしていく社会が理想です。そのためには各自が自立、協調、共働の心で自分のできることは進んでやることが基本だと思います。
自分の置かれた場所で、誠実に実践する人が多くなれば、道は広がると考えています。

中島 喜代美

趣味　バラの観賞
座右の銘　「願いは叶う」

男女共同参画社会とは、男女が互いにその人権を尊重しつつ、責任も分かち合うことです。
私は現在二人暮らしで、どちらかの体調が悪いときは協力して助け合い、得手不得手関係なく努力しています。小さいことではありますが、まさに家庭内で男女共同参画を実行していると思っています。宇城市のスローガン「女（ひと）と男（ひと）で築く、やさしく住みよいまちづくり」を思い、後世の人々のためにも、精いっぱい自分なりに努力したいと思います。

沼田　勝彦

趣味　ゴルフ
座右の銘　「失意泰然、得意冷然」

「やさしく住み良いまちづくり」という理念を基に、主に地域や家庭で次の事を男女共同参画の目標としたいと考えています。一つ目に、高齢化や社会変化が進む中で、区の運営などの地域づくりの担い手に女性の感性や視点を生かすことにより、男女がバランスよく配置される工夫を進めること。二つ目に、家庭内で特に男性は濡れ落ち葉にならないように意識し行動すること。お互いが支え合う協働の精神を自分自身が心掛け、広げていきたいと考えています。