

わがまちをよりよく理解しよう

生きざらえを抱えた人に寄り添う社会づくり

◆「ひきこもり」を「存じむすか？」

国のガイドラインによると、「ひきこもり」とは長期（6カ月以上）にわたって社会参加（学校に通う、仕事をする、家庭外で友達とかかわりをもつなど）をしておらず、主に自宅にとどまっている「状態」をあらわす言葉です。他者と交わらない形で外出をしている場合も「ひきこもり」に含まれます。

平成27年、平成30年の国の調査をもとにすると、伊賀市では約800人が、ひきこもり、あるいはそれに近い状態で暮らしていると推計されます。ひきこもりは決して特殊なことではなく、誰でも自分自身や自分の身の回りの人に起こりうることといえます。

ひきこもっている人は、場合によっては一見「さぼっている」ように見えるかもしれませんが、しかし内面では大きな不安や葛藤を抱えていることが多いです。本人にとって「安心・安全な環境」や「理解してくれる人の存在」、周囲の人のひきこもりについての正しい理解が必要不可欠です。

◆ひきこもり支援

市では「ひきこもりサポート事業」を伊賀市社会福祉協議会に委託し、ひきこもりに関する本人・家族への相談支援、フリースペース「nest」の開設、相談機関のネットワークづくりなど、生きざらえをかかえた人に寄り添う社会づくりをすすめています。

また、令和3年度、令和4年度には地域でひきこもりについて理解をサポートする「ひきこもりサポーター養成講座の様子（令和3年度）」



ひきこもりサポーター養成講座の様子（令和3年度）

ター」を養成し、現在33人のサポーターが活動しています。

ひきこもり支援に関するシンポジウム・家族会

今年度はひきこもりサポート事業の一環として、ひきこもり支援に関するシンポジウムを行い、その後、当事者家族の家族会を開催する予定です。

【と き】

1月28日(日) 午後1時30分～

【と ち】

阿山保健福祉センター

◆一人で悩まずにご相談を

三重県ひきこもり地域支援センターでは専門電話相談が開設されています。

相談は無料で、秘密、個人情報は厳守されます。家族の人もお気軽にご相談ください。

【問い合わせ】

生活支援課 ☎22・9650 FAX22・9691 ✉shien@city.iga.lg.jp



ひきこもりに関する相談窓口

ひきこもりサポートnest (伊賀市社会福祉協議会)

☎090・3483・2584

☎22・0084

FAX21・8123

✉nest@hanzou.or.jp

フリースペースの開設は毎週水・金曜日の午後1時～4時30分（祝日、年末年始を除く。）

○三重県ひきこもり地域支援センター

ひきこもり専門電話相談

毎週月～金曜日

午前9時～午後4時

（祝日、年末年始を除く。）

☎059・253・7826

20歳になったら国民年金

国民年金は、高齢になったときなどの生活を、現役世代みんなで支え合う制度です。国民年金には、老齢年金のほか、病気や事故で障がいが残ったときに受け取れる障害年金や、加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族が受け取れる遺族年金があります。

20歳になった人には日本年金機構から国民年金加入のお知らせと基礎年金番号通知、納付書などが送付されます。（厚生年金加入中の人を除きます。また、20歳になる直前に海外から転入した人などは国民年金加入手続きが必要です。）

国民年金保険料の納付が難しい人で、次の制度の対象となる人は申請してください。

◆学生納付特例制度

学生で本人の所得が一定額以下の場合に、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。学校教育法に規定する大学、大学院、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校および各種学校（修業年限1年以上である課程）、一部の海外大学の日本分校に在学する人が対象です。

◆免除・納付猶予制度

※学生納付特例制度に当てはまる人は申請できません。

○免除制度

本人・配偶者・世帯主それぞれの前年所得が一定額以下の場合に、保険料が全額または一部免除されます。

○納付猶予制度

50歳未満の人で、本人・配偶者のそれぞれの前年所得が一定額以下の場合に、保険料の納付が猶予されます。

保険料は前納がお得です

保険料を前もってまとめて納付すると、保険料の割引が受けられます。口座振替で前納を希望する場合には、事前の申し込みが必要です。詳しくはお問い合わせください。

【申込期限】

○2年前納、1年前納、6カ月前納（4月～9月分）…毎年2月末日
○6カ月前納（10月～翌年3月分）…毎年8月末日

【問い合わせ】 ○保険年金課 ☎22-9659 FAX26-0151 ✉hoken@city.iga.lg.jp
○津年金事務所国民年金課 ☎059-228-9112



今年度最後の集団がん検診

◆集団がん検診

【と き】 3月9日(土)

午前9時30分～11時30分

【と ち】

ゆめぼりセンター

【内 容】

胃がん・大腸がん・子宮がん・乳がん

○ウェブ予約

二次元コードを読み込んで予約してください。



○予約電話

☎22・9653

（平日午前8時30分～午後5時15分）

【対象者】

検診日に市内に住居登録がある人で、各検診の対象年齢に当てはまる人
※すでに、今年度の同じ内容のがん検診を受けた人は受診できません。

◆医療機関で受けられる検診

胃がん・大腸がん・前立腺がん・子宮がん・乳がん検診は2月29日(木)まで市内医療機関で受診できます。

医療機関でがん検診を受ける場合は、直接医療機関へ申し込んでください。

◆自己負担金

内 容	対象年齢	自己負担金	
		74歳以下	75歳以上
胃がん	20歳以上	1,800円	800円
大腸がん	20歳以上	800円	500円
前立腺がん	50歳以上の男性	800円	500円
子宮がん	20歳以上の女性	1,400円	500円
乳がん（マンモグラフィ）	30歳以上の女性	1,600円	800円

※各検診の詳しい注意事項は、広報いが6月号・9月号、または市ホームページをご覧ください。

【問い合わせ】 健康推進課 ☎22-9653 FAX22-9666 ✉kenkousuishin@city.iga.lg.jp

