

CLOSE UP
福祉

犯罪被害者等の
相談窓口について

11月25日～12月1日までの1週間は、「犯罪被害者週間」です。



誰もが突然、犯罪に巻き込まれる可能性があります。犯罪被害に遭ってしまつと、心身への直接的被害だけでなく、周囲の無理解な言動や誹謗中傷等による二次被害で、転職や転居が必要となるなど、生活するうえでさまざまな課題に直面することになります。

香南市でも、福祉事務所に相談窓口を設置し、必要な支援を提供できる機関の情報提供などを行っています。

犯罪被害者等の方が置かれている状況について理解を深め、平穏な生活を取り戻せるよう、みんなで支え合う社会を実現していきたいと思います。

相談窓口	相談内容	相談時間
福祉事務所 ☎0887-57-8509	○総合的な相談対応	8:30～17:15 ※土・日・祝日・年末年始は除く
(警察)警察総合相談窓口 ☎088-823-9110	○警察への相談全般	24時間対応
(警察)犯罪被害者ホットライン ☎088-871-3110	○犯罪被害相談全般	8:30～17:15 ※土・日・祝日・年末年始は除く
(高知県)犯罪被害者等支援相談窓口 ☎088-823-9340(要予約)	○犯罪被害全般 ○支援機関の調整	9:00～12:00, 13:00～16:00 ※土・日・祝日・年末年始は除く
こうち被害者支援センター ☎088-854-7867(要予約)	○犯罪被害者支援の相談 ○付添い支援	10:00～16:00 ※土・日・祝日・年末年始は除く
(警察)性犯罪被害相談電話 ☎#8103(全国共通ダイヤル)	○性犯罪被害に関する相談	24時間対応
性暴力被害者サポートセンター こうち ☎0120-835-350	○性犯罪・性暴力被害に関する相談	9:00～17:00 ※日・祝日・年末年始は除く ※上記時間外はコールセンターへ転送

CLOSE UP
国保

接骨院・整骨院にかかる前に
まずチェック!



接骨院・整骨院などにかかるときは、施術を受ける前に国民健康保険が使えるか確認しましょう。

接骨院や整骨院などにかかるときは国民健康保険が「使える場合」と「使えない場合」があります。施術を受ける前に確認し、初診時には負傷原因を正確に伝えてください。

○国保が使える場合

- 次のような急性または亜急性(急性に次ぐ)外傷性傷病の場合。
- スポーツなどによる打撲やねんざ
- 挫傷(肉ばなれ等)
- 骨折、脱臼の応急処置
- 医師の同意がある場合の、骨折・脱臼の施術

×国保が使えない場合

- 次のような場合は、施術費用が全額自己負担になります。
- 日常生活における疲れや肩こり
- 脳疾患後遺症などの慢性病
- 神経痛・リウマチ・慢性関節炎
- 交通事故の場合
- 労災保険の対象となる負傷、等

■注意事項

- 療養費支給申請書(患者が柔道整復師に保険請求を委任するもの)には、必ず自署または捺印が必要です。
- 領収書は必ず保管しておきましょう。医療費通知で受診内容(金額と日数)を確認しましょう。また、領収書は高額療養費・医療費控除を受ける際にも必要となりますので、大切に保管してください。

■適正給付にご協力ください

国民健康保険では、医療費の適正な給付に努めています。請求内容に誤りがないかを確認するために、市から負傷原因や施術内容について、文書や電話などで問い合わせることがありますので、ご協力ください。

問 市民保険課 ☎57-8506

CLOSE UP
年金

納めた国民年金保険料は
社会保険料控除の対象です

国民年金保険料は、社会保険料控除としてその年の課税所得から控除し、所得税および住民税額を軽減することができます。

税法上とても有利な国民年金は、老後はもちろん病気やけがで障害が残ったときなど万一のときにも心強い味方となる制度です。保険料は納め忘れのないようきちんと納めましょう。

■控除対象

令和3年1月～12月の期間に納付した保険料の全額(過去の年度分や追納された保険料を含む)
※配偶者やご家族の負担すべき国民年金保険料を支払っている場合、その保険料についても合わせて控除することができます

■手続方法

年末調整や確定申告により申告してください。なお、令和3年中に納付した国民年金保険料については、社会保険料控除を受けるためには、保険料を支払ったことを証明する書類(領収証書等)を添付する必要があります。

■証明書類の送付時期

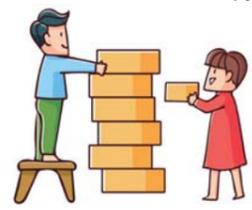
保険料を支払ったことの証明書類として、日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送付されます。送付時期は次のとおりですので、申告の際にご利用ください。

- 令和3年1月1日～9月30日の期間に納付した方
- 10月下旬から11月上旬にかけて順次発送

令和3年10月1日～12月31日の期間に今年初めて納付した方

- 令和4年2月上旬に発送

問 市民保険課 ☎57-8506



CLOSE UP
マイナンバー

マイナンバーカード・
電子証明書の更新について



マイナンバーカードは10年(未成年者は5年)、カードに格納されている電子証明書は5年の有効期限があります。

有効期限を迎える方に対し、有効期限のおよそ2～3カ月前に有効期限通知書が国から送付されます。有効期限通知書に同梱のパンフレットに更新手続きのご案内がありますので、ご確認ください。

■更新手続き

- 手数料は、無料です。
- 【有効期限通知書に申請書IDの記載のある方】
申請書IDの右側に「交付申請用QRコード」があります。QRコードを利用したスマホ申請をぜひご利用ください。市役所市民保険課窓口でも「予約の上、申請すること」ができます。
- 【有効期限通知書に申請書IDの記載のない方】
必要書類(有効期限通知書に記載)を持ち、市役所窓口へお越しください。更新手続きにはカードと

暗証番号が必要です。

代理人が手続きする場合は、照会書兼回答書に必要な事項を記入の上封入し、代理人のご本人確認書類(運転免許証等)と一緒に持参ください。代理人による暗証番号の再設定はできません。

要予約
開庁時間外でも
窓口を設けます!

予約制で、市役所開庁日の月曜日・火曜日・金曜日の18時30分まで、また、日曜日にマイナンバーカードの交付等で窓口を開庁しています。ぜひ更新のお手続きにご利用ください。

令和3年度の日曜日の開庁予定
11月14日、12月12日、1月23日、2月27日、3月27日

問 マイナンバーカードに関する予約
問合せ: ☎56-2155