

## 急増 保険金の利用を口実に

## 自宅の修理を勧誘

問い合わせ 市消費生活センター ☎07332336

訪問してきた業者に雨どいが壊れていることを指摘され「火災保険の保険金で屋根の修繕ができる。自己負担は一切ない」と勧誘された。点検の結果、50万円の見積書を渡され、保険会社に保険金を請求し、下りた金額で工事をするという契約をした。保険会社からは8万円ほど下りることになったが、よく考えると50万円の見積もりなのに8万円で工事ができるのはおかしい。解約したい。

(70歳代 男性)

## 【アドバイス】

「保険金を請求すれば自己負担なしで自宅が修理できる」などと勧誘する手口の相談が急増しています。

請求した保険金が支払われず、工事費が自己負担になったり、高額な解約料を請求されたりするケースもあります。安易に契約してはいけません。

契約してもクーリング・オフなどができる場合があります。困ったときには消費生活センターにご相談ください。

(国民生活センター発行「見守り新鮮情報195号」より)

## こんなとき

## どうしたらいいのかしら？

問い合わせ 子育て支援センター ☎0400021  
福祉課 ☎02148

## お昼寝について

「お昼寝させたいんだけど、なかなか寝なくて」とか、「うちの子は1歳なんですけど、お昼寝はさせたほうがいいでしょうか?」とか、「朝も寝るんですが、お昼寝もしていて寝すぎですかね?」などお昼寝についてのいろいろな相談があります。

## 【アドバイス】

お昼寝についての悩みは年齢や発達段階によってさまざまです。

子どもは大人に比べて運動量も多く、夢中になるとエネルギーを使い果たすまで遊んでしまうので、ぐずったり、眠くなったり、不安定になったりします。

お昼寝を上手にすると、ストレスが緩和され疲れが溜らないともいわれます。時間は1時間から2時間までがよいとされ、あまり長いと夜の睡眠に差し支えます。また夕方寝てしまうと夜の寝つきを悪くさせるので控えるほうがよいでしょう。

お昼寝を決まった時間に適度にとることによって、生活リズムも整い、安定して過ごすことが出来ます。天気の良い日は戸外遊びを楽しみ、食事の時間や寝る時間を決めて過ごすことを心がけていきたいですね。

## 納め忘れの年金は10年さかのぼって納付できます。年金後納制度

問い合わせ  
広島西年金事務所 ☎0822-23214171  
保険介護課 ☎02141

## 後納制度とは

平成27年9月までに限り、国民年金の保険料を納めることができる期間が、過去2年から10年に延長となっています。納付を希望される方は申し込みが必要です。

## メリット

- 将来受け取る年金額が増額
- 年金の受給資格が得られる可能性がある

## 利用できる方

過去10年以内に保険料の納め忘れのある方  
※すでに老齢基礎年金を受給している方は申し込みできません。

## 申込手順

- ①広島西年金事務所から申込書を取り寄せる。
- ②届いた申込書に必要事項を記入し、年金事務所に提出。(戸籍謄本などが必要な場合があります)
- ③年金事務所へ申込書の審査。承認の場合、納付書などが届きます。(承認されない場合もあります)

## 専用ダイヤル

詳しくは、年金事務所のほか専用ダイヤルへお問い合わせください。

専用ダイヤル ☎0570-011-050