

# 図書館へ行こう!

～読書の秋に読む本の紹介～

【市立図書館ホームページ】  
<http://www.lib.city.amakusa.kumamoto.jp/>  
 中央図書館 ☎③7001、FAX③7013  
 御所浦図書館 ☎⑦3931、FAX⑦3933

## 御所浦図書館おすすめの最新刊

爪と目



**爪と目** 藤野可織  
 妻を亡くした「父」と、不倫相手だった若い女、そして「父」の娘を巡る複雑な人間関係を描く、美しき恐怖作(ホラー)。第149回芥川賞受賞。

### その他のおすすめ図書

- ▶ ホテルローヤル (桜木紫乃) 第149回直木賞受賞
  - ▶ ファミレス (重松清)
- ほか多数 ※ ( ) 内は著者名など。

火曜から金曜は午前9時から午後6時まで、土・日曜日、祝日は午前9時から午後5時まで開館しています。

皆様のご利用をお待ちしています。

## 栖本図書室おすすめの最新刊



**月神** 葉室麟  
 幕末の福岡藩で、尊攘派として志士を導いた男、月形洗蔵。維新後の北海道で、集治監(監獄)を創った従兄弟の月形潔。時代の陰で日本の曙光のために命を燃やし、失意と無念の心を戦い続けた志士たちを描く、時代長編小説。

### その他のおすすめ図書

- ▶ 高校入試 (湊かなえ)
  - ▶ 千両かんぱん (山本一力)
  - ▶ 巨鯨の海 (伊東潤)
  - ▶ 日本人の知らない日本語4 海外編 (蛇蔵)
- ほか多数 ※ ( ) 内は著者名など。

月曜から金曜日の、午前9時から午後5時まで開室しています。図書室は栖本支所に併設されていますので、お立ち寄りのときはぜひご利用ください。

# 年金情報



## ～専業主婦(夫)の年金が改正されました～

7月1日から専業主婦の年金が改正されました。これにより、サラリーマンの夫が退職したときなどに年金の切り替え手続きが遅れたために、保険料が未納となっている主婦が手続きをすれば年金を受け取れるようになる場合があります。

夫が会社を退職した場合や妻自身の年収が増えたときなどは、手続きをして(3号被保険者から1号被保険者への変更届)、保険料を納めなくてはなりません。この手続きが2年以上遅れた場合、2年以上前の保険料を納付することができないため、保険料の「未納期間」が発生します。

生じます。このような人が手続きをすれば、「未納期間」を「受給資格期間」に算入できるようになりました。※妻がサラリーマン、夫が専業主夫の場合も同様。

主婦年金からの切り替えの手続きが2年以上遅れたことがある人は、今すぐ手続きを!

手続きをすることにより、無年金や年金の減額を防ぐことができます。また、万一のときの障害年金などの受給権の確保にもつながります。

☎国民年金保険料専用ダイヤル ☎0570(011)050 / 本渡年金事務所 ☎④2154

広告

広告

# 支え合おう、命を守ろう

## 9月10日(火)～16日(月)は自殺予防週間です

日本では1年に約3万人が自殺によって亡くなっています。自殺の多くは、さまざまな悩みや問題を一人で抱えるうちに、心理的に「追い詰められた末の死」といわれています。あなたの身近に、悩みや問題を抱えてつらい思いをしている人はいませんか。

### あなたができること みんなでできること

#### 気づき

心の不調は、自覚しづらく、さらに無理を重ねてしまうことがあります。いつもと違うと気づいたら、「眠れてる?」「心配しているよ」と声をかけてみましょう。

#### 耳を傾け

本人と話すときには、時間をかけてしっかりと悩みに耳を傾けましょう。「たいへんだったね」「よくやったね」など、ねぎらいの言葉をかけましょう。

#### つながり

ひとりで悩んでいるよりも、医療機関や専門家の力を借りることで、解決に向けた糸口が見つかるかもしれません。さまざまな支援の輪につながるようサポートしましょう。

#### 見守り

心の悩みはすぐに解決するものではありません。温かく寄り添いながら、じっくりとあせらずに見守りながら回復を支えましょう。

※気になる事があるときは、次のところにご相談ください(家族だけでの相談もできます)。

### 心の健康相談窓口

- 各医療機関(精神科・心療内科など)
- 熊本県精神保健福祉センター ☎096(386)1166
- 熊本のいのちの電話 ☎096(353)4343
- 熊本こころの電話 ☎096(285)6688
- 天草保健所 ☎③0172
- 障がい者支援センター リンク ☎⑤5877
- 本庁・福祉課 ☎③1111

☎本庁・福祉課

# 特設人権相談所を開設

市内の人権擁護委員の皆さんが、人権問題や家庭問題、金銭問題などの相談に応じる特設人権相談所を次のとおり開設します。

相談は無料で、秘密は固く守られます。お気軽にご相談ください。



### 日程

期日	場所
9/3(火)	倉岳老人福祉センター
9/4(水)	御所浦島開発総合センター
9/6(金)	五和漁村センター
9/10(火)	栖本福祉会館

※時間はいずれも午前10時から午後3時まで。

☎天草人権擁護委員協議会(熊本地方務局天草支局内) ☎②2467