



## なりたエコニュース

### 生ごみを減らそう

家庭から出る生ごみは約80パーセントが水分であるといわれています。

水分を多く含んだ生ごみは、重くなるばかりでなく、腐敗と悪臭の原因にもなります。毎日の心掛けで、少しずつ家庭から出る生ごみを減らすことができます。

#### 必要な分だけ買いましょう

買い物をする前に冷蔵庫の中を確認して、必要な分だけ買うように心掛けましょう。料理をするときは、食材を無駄なく使い切るようにして、作り過ぎないように注意しましょう。また、出された料理を残さず食べることも大切です。

#### 水切りをしましょう

生ごみはシンクの外に置くなど、水にぬらさないように注意しましょう。

ぬれた生ごみは、捨てる前にひと絞りしたり、乾かしたりしてから出すことで、臭いが減り軽くなります。

#### 生ごみをリサイクルしましょう

ごみ減量器具を使用すると、生ごみを堆肥化して減量することができます。

市では、コンポスト容器や生ごみ処理容器、機械式生ごみ処理機の購入を希望する人に補助金を交付しています。交付を受けるには、購入前に申請が必要です。

※くわしくはクリーン推進課(☎20-1530)へ。



## 消費生活相談Q&A

### 旅行のインターネット予約 トラブルにご注意を

**Q** インターネットで旅行の予約をしようと思います。どのようなことに気を付けたらよいのでしょうか。

**A** 旅行には、旅行業者が計画をする「企画旅行」と旅行者の計画に基づき航空券や宿泊を手配する「手配旅行」、そして旅行者が直接航空券や宿泊の手配をするものがあります。予約に当たっては、次のことに注意しましょう。

#### 旅行業登録番号を確認しましょう

国内の旅行業者は旅行業法により登録されています。また、企画旅行や手配旅行はそれぞれ標準旅行業約款により、広告方法・契約の成立時期・契約書面の交付・契約内容の変更・取消料などについて規定されています。万が一トラブルになれば、その約款に沿って解決していくことになります。一方、外国の登録のみを受けている旅行業者は、この限りではありません。

#### 予約完了前に契約条件や予約内容を確認しましょう

最近、旅行者が外国の旅行サイトを利用して予約するケースが増えています。インターネットでの予約の途中でエラーになったため、最初からやり直しをしたところ二重予約になり、キャンセルできないと言われるなどのトラブルもあります。これらの場合は旅行業法が適用されず、それぞれの規約に従うこ

とになりますので注意しましょう。

#### 予約確認メールや入力確認画面は保存しておきましょう

契約後に送付される予約確認メールは、解約料などの契約条件や予約内容を明示する大切な書面です。また、申込時の予約内容の確認画面も、入力内容を証明することになりますので、印刷などをして旅行時に携行しましょう。

海外事業者との契約でトラブルになった場合は、国民生活センター越境消費者センター(CCJ) ホームページの相談受付フォーム(<https://ccj.kokusen.go.jp/>)で問い合わせてください。

※くわしくは消費生活センター(☎23-1161)へ。





## 人間ドックと脳ドック

### 費用の一部を助成します

市が実施する「一般健康診査」「特定健康診査」「後期高齢者健康診査」を受けずに、人間ドックと脳ドックを受ける場合に、その費用の一部を助成しています。

**対象**＝成田市国民健康保険または後期高齢者医療制度加入者で、次の全てに当てはまる人

- 前回、人間ドックを受けてから1年(脳ドックは2年)以上経過している人
- 市が実施する「一般健康診査」「特定健康診査」「後期高齢者健康診査」を同年度内に受けていない人

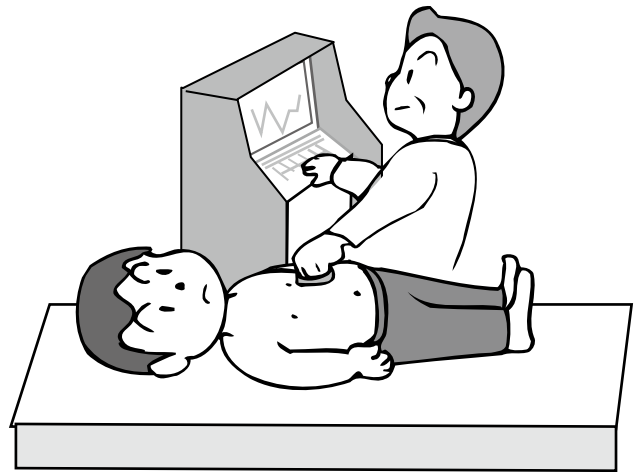
#### 国民健康保険加入者の場合

- 1年以上継続して国民健康保険に加入している35歳以上の人
- 国民健康保険税を完納している世帯の人

#### 人間ドック・脳ドック指定検査医療機関

医療機関名	電話番号
成田赤十字病院	22-2311
成田病院	22-1500
千葉脳神経外科病院*	043-250-1228
県立佐原病院	0478-54-1231
北総栄病院	95-6811
聖隷佐倉市民病院	043-486-0006
国保旭中央病院	0479-63-8111
龍ヶ崎済生会病院	0297-63-7111
千葉ロイヤルクリニック	043-204-5511
成田富里徳洲会病院	93-1001

\*脳ドックのみ



#### 後期高齢者医療制度加入者の場合

- 1年以上継続して市に住民記録がある人
- 市税・後期高齢者医療保険料を完納している人

**利用方法**＝検査医療機関に予約し、検査の2週間前までに、保険証と成人検査等受診券、印鑑を持って保険年金課(市役所1階)または下総・大栄支所で手続きし、後日郵送される承認書を持って受検

#### 検査医療機関＝左表

**助成率**＝人間ドックは検査費用の70パーセント(検査の種別や費用、項目などは検査医療機関、コースにより異なります)、脳ドックは一律2万円

※くわしくは保険年金課(☎20-1526)へ。



## 国民年金

### 初めて受け取るときは必ず請求手続きを

「年金は、65歳になると自動的に支給される」と考えている人はいませんか。

年金は、本人からの請求がなければ支給されません。65歳になったら「年金請求書(老齢給付)」を提出してください。希望により60歳から受給する「繰上げ請求」や66歳以降に受給する

「繰下げ請求」もできます。

年金の請求手続きは、佐原年金事務所(☎0478-54-1442)で行ってください。ただし、任意加入期間を含め加入期間の全てが「第1号被保険者」の人は、保険年金課(市役所1階)または下総・大栄支所でも手続きできます。

国民年金には、このほかに障害基礎年金、遺族基礎年金、寡婦年金や死亡一時金があります。いずれも受給するには請求手続きが必要です。

請求に必要な書類などについては、ねんきんダイヤル(☎0570-05-1165)へ問い合わせてください。

#### 国民年金の加入者の種類

- ①第1号被保険者…20～59歳の自営業者など
- ②第2号被保険者…会社員・公務員など
- ③第3号被保険者…②に扶養されている20～59歳の配偶者

※くわしくは保険年金課(☎20-1547)へ。