

国民年金保険料は全額が社会保険料控除（非課税）の対象です

- 年末調整や確定申告で国民年金保険料控除を申告する場合は、「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」の添付等が必要です。この証明書は、11月上旬に社会保険庁から送付されますので、申告するときまで大切に保管してください。
- 社会保険庁の問い合わせ窓口は、控除証明書専用ダイヤル☎0570-00-9911です。
（平成19年11月1日（木）～平成20年3月14日（金）、平日9:00～17:00）

Q1 「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」に記載されている月分以外の保険料を12月31日までの間に納付した場合は、今年分として申告できますか？

A1 今年分として申告できます。証明書に記載されている保険料額に、後から納付した保険料額を合算して申告してください。なお、後から納付した保険料分の「領収証書」も添付等する必要があります。

Q2 家族の保険料を納付しましたが、控除の対象となりますか？

A2 世帯主または配偶者等、家族が国民年金保険料を納付した場合は、納付した人がその保険料を申告することができます。

11月は「乳幼児突然死症候群」対策強化月間です

それまで元気に育っていた赤ちゃんが何の前ぶれもなく眠っている間に突然死んでしまう。これが乳幼児突然死症候群（SIDS）です。主に1歳未満の乳児に多いとされています。

なぜ起こってしまうのか原因は未だ不明とされていますが、発症のリスクとしていくつか注意する事項があります。

○赤ちゃんはあおむけに寝せましょう。

柔らかい寝具にうつぶせの睡眠姿勢をとらせることで窒息する恐れがあります。うつぶせ寝は赤ちゃんの睡眠時の顔色や呼吸状態が観察しにくくなります。（医学上の理由でうつぶせ寝を勧められている場合は医師の指示に従ってください）

○できるだけ母乳で育てましょう。

母乳には感染症を防いでくれるさまざまな免疫や栄養が含まれています（ミルクの場合でも赤ちゃんを抱いて授乳しましょう）。

○赤ちゃんのいる部屋での喫煙はやめましょう。

両親が喫煙している場合、両親が喫煙していない家庭の約4.7倍SIDS発症のリスクが高いという調査結果があります。妊娠期間中を含めて喫煙は控えましょう。

○服の着せすぎ、毛布の重ねすぎ等で赤ちゃんを暖めすぎないようにしましょう。

赤ちゃんの体が服や毛布で厚く覆われていると、熱が体内にこもってしまい逃げ出しにくくなります。赤ちゃんは自分で布団をはいだり、服を脱いだりして調整することはできません。

生後4～6か月は寝返りによりあおむけからうつぶせにはなれますが、うつぶせからあおむけには戻れない時期です。長い時間、目を離すことのないようにしましょう。