

気象台一口メモ 「お出かけの時は、紫外線に気をつけて！」

紫外線は、体内で骨に必要なビタミンDを作るのを助ける働きや殺菌効果があることが知られています。一方、紫外線を浴びすぎると、皮膚ガンや白内障などの病気になりやすいこともこれまでの国際的な研究で明らかになってきています。

太陽からの紫外線が最も強い時期は、一年の中では6月から8月、一日の中では正午の前後数時間です。よく晴れた日中に外出するときには、長袖シャツや帽子、サングラスを利用するなど、十分な紫外線対策をした方がよいでしょう。

気象庁では、UVインデックスという紫外線の強さの予測や、実際に観測された結果などをホームページで提供していますので紫外線対策の参考にしてください。

なお、具体的な紫外線対策については、環境省のホームページに掲載されている「紫外線環境保健マニュアル」が参考になります。

◆気象庁ホームページの紫外線情報

<http://www.jma.go.jp/jp/uv/>

◆環境省ホームページ「紫外線環境保護マニュアル」

http://www.env.go.jp/chemi/uv/uv_manual.html

◎問い合わせ先

旭川地方気象台総務課 ☎0166-32-7101

旭川地方気象台ホームページアドレス

<http://www.jma-net.go.jp/asahikawa/>

「消えた年金」問題 年金記録の回復が早くなります

次の基準に当てはまる方は、年金記録確認第三者委員会で審議することなく、年金事務所の調査で、記録を回復できます。

■年金事務所で迅速に記録を回復できる基準が新たに追加されました

1. 厚生年金 ～標準報酬月額の変更の疑い～

- 6か月以上さかのぼって標準報酬月額が大きく引き下げられている記録が事実と反していると疑われるなどの条件を満たす場合

2. 厚生年金 ～脱退手当金の誤った支給記録～

- 昭和49年まで発行されていた厚生年金の被保険者証に、脱退手当金を支給した表示(㊟)がないなどの条件を満たす場合
- 脱退手当金の支給日より前にその計算基礎にされていない厚生年金の期間があるなどの条件を満たす場合

3. 国民年金 ～2年以下の記録もれ～

- 保険料納付記録がもれていると思われる期間が2年以下であって、その他の期間は納付済みであるなどの一定の条件を満たす場合

このほかにも、確定申告書の控えが残っている場合や、お勤めの事業所が廃止された後に厚生年金の加入記録がさかのぼって変更されている場合などの回復基準があります。

◎問い合わせ先

留萌年金事務所 ☎43-7211



暮らしぶりの映し～北の光が続く道～

▶ルート内イベント 情報

【留萌市】

6月26日(土)・27日(日)
オートキャンプフェスティ
バル in るもい2010
6月27日(日)
うまいよ！るもい市

【遠別町】

6月19日(土)
ひらめ底建網オーナー
in 遠別2010
(引き上げ実施日)

今年のトピックス

ひらめ底建網オーナー オーナー決定

「ひらめ底建網オーナー in 遠別2010」の
オーナー募集は、全国から625通のご応募が
あり、5月16日に開催された「富士見ヶ丘公
園開きえんべつ山菜まつり」にて、160名の
オーナーが決定いたしました。運命の引き上
げ日は、6月19日(土)です。

<http://rumoifan.net/hirame/2010>

沿道の草花情報募集

地域情報受発信システム実
行委員会では、管内の魅力を
再発見するため、みなさまの
地域の沿道に咲いている草花
情報をお待ちしています。

情報は、☎42-3871まで
お寄せください。

☎ 萌える天北オロロンルート運営代表者会議事務局(増毛土建株式会社内)

☎ 53-1140 ☎ 53-1141 ✉ y.sango@mashikedoken.co.jp

留萌管内の情報が満載！るもいfan.net 🌐 <http://rumoifan.net/>