

国民年金で老後も安心

保険料は必ず納めましょう



国民年金保険料は、年金制度を運営するための大切な財源であり、納付はわたしたちの義務です。必ず納めましょう。

なお、今年度の保険料は月々1万6490円で、納めた保険料は全額「社会保険料控除」の対象となり、年末調整や確定申告の際に申告することができます。

◎納め方は？

最寄りの金融機関やコンビニで納付できるほか、電子納付・クレジットカード払いや口座振替が利用できます。

※口座振替で納める場合、保険料は月末に前月分が引き落とされますが、当月末引き落としの「早割制度」を利用すると、保険料が月々50円割引されます。

◎納めることが難しい人は
所得が少なく、保険料を納めることが困難な場合には、申請をすれば納付が免除または猶予

される制度があります。納付が困難な場合は未納のままにせず、町民課または年金事務所にご相談ください。

※納め忘れや免除の承認を受けていない期間があると、年金額へ影響する場合や年金が受けとれない場合があります。保険料納付や免除などの申請は早めに済ませてください。

◆問い合わせ 町民課住民記録係（☎82-3111内線123）へどうぞ。

6月30日までに届け出を

児童手当の現況届を忘れずに

町では、児童手当の現況届を受け付けています。

現在、児童手当を受

給している人は、5月下旬に町から送付された現況届用紙に必要事項を記入し、必要書類を添えて提出してください。現況届が提出されないと6月以降の児童手当が支給されません。

▽現況届に必要な書類
・厚生年金加入者：「健康保険被保険者証」の写し

「健康保険被保険者証」の写し

・本年1月2日以降に本町に転入した人：前住所地で発行された平成29年度の児童手当用所得証明書
・受給対象となる児童の住所が他市町村の場合：児童がいる世帯全員分の住民票の写し
▽申込期間 6月1日～30日
◆申込先・問い合わせ 町民課住民記録係（☎82-3111内線127）へどうぞ。



糖尿病の重症化、合併症を予防するために 医師・専門家による教室開催

町では、右表の日程で「糖尿病重症化・合併症予防教室」を行います。県立山田病院や木澤歯科医院の先生、専門職の方が、糖尿病の基礎知識や、糖尿病に効果的な運動、食事方法、足や口腔のケアなどについての講話をします。また、講話の後には個人に合わせた日常生活上の相談や質問もできますので、ご参加ください。
▷対象 糖尿病治療中の人、治療を中止している人、糖尿病合併症のリスクが高い人
※ご家族も参加できます。
▷持ち物 筆記用具、老眼鏡（必要な人のみ）
▷参加費 無料
▷参加方法 参加を希望する日の3日前までにお申し込みください。

◆申込先・問い合わせ 町健康子ども課健康づくり係（☎82-3111内線615、616）へどうぞ。

◎予防教室開催日程（場所：保健センター2階ホール）

	日 時	内 容
第1回	6月8日（木） 午後1時半～午後3時半	健康な体維持増進計画！ ～自分の生活を振り返って計画立案～
第2回	6月22日（木） 午後1時半～午後3時半	糖尿病に効果的な運動を学ぼう ～実技を通じて楽しくトライ！～ 知っておきたい薬のあれこれ ～お薬の特性を知ろう～
第3回	7月6日（木） 午後1時半～午後3時半	体にいいのに美味しい料理の作り方 糖尿病の検査ってどんなもの？
第4回	7月20日（木） 午後1時半～午後3時半	糖尿病とお口の健康の関係 足のお手入れ実践！
第5回	8月3日（木） 午後1時半～午後3時半	糖尿病性腎症について 食品交換表の使い方