



国民年金

国民年金の相談・申請手続き

国民年金の相談・申請手続き等は下記へ

- ▶ 姫路年金事務所国民年金課 (☎079・224・6382)
- ▶ 国保医療年金課 (☎64・3240) ▶ 新地域振興課 (☎75・0253)
- ▶ 旧地域振興課 (☎72・2523) ▶ 御地域振興課 (☎322・1451)

付加保険料を納付しませんか

■付加保険料とは

老齢基礎年金の年金額は、780,900円(20歳から60歳になるまでの40年間の全期間保険料を納め、65歳から受給した場合)ですが、将来受け取る老齢基礎年金をより多くしたいと考えている方には、付加年金制度があります。これは、毎月の国民年金保険料に付加保険料を上乗せして納付することで、受給する年金額を増やす制度です。

■付加保険料は1カ月400円

付加保険料を納付することができるのは、国民年金第1号被保険者及び任意加入被保険者の方です。(申込月からの納付となり、さかのぼって納付することはできません)

※第1号被保険者…自営業、農林漁業者、学生などや厚生年金加入者の配偶者で収入があるため扶養になっていない方

※保険料の免除・猶予を受けている方や国民年金基金に加入している方は、納付することができません。ただし、産前産後免除を受けている期間については納付することができます。

■将来受け取る付加年金額は

将来受け取る付加年金額(年額)は「200円×付加保険料納付月数」で計算します。

例えば、付加保険料を20歳から60歳まで40年間(480カ月)納めた場合、総納付額は192,000円(400円×480カ月)ですが、65歳から老齢基礎年金と一緒に支給される付加年金は年額96,000円(200円×480カ月)となります。受給開始から2年間で、納めた付加保険料相当分の年金を受け取ることができ、それ以降も年額96,000円が付加年金額として老齢基礎年金に上乗せされます。

なお、付加年金は、老齢基礎年金の受給権を得た月の翌月から支給され、老齢基礎年金を繰上げ受給(60歳～64歳で受給)又は繰下げ受給(66歳以降で受給)する場合は、付加年金も繰上げ・繰下げ受給となり、老齢基礎年金の減額率・増額率に応じて減額・増額されます。

(70歳～74歳の皆様へ)

毎年8月は、国民健康保険『高齢受給者証』の更新月です

70歳以上の国民健康保険被保険者の方にお渡ししている高齢受給者証は、7月31日(土)で有効期限が終了します。

新しい高齢受給者証を7月下旬に郵送しますので、8月1日(日)からは、新しい高齢受給者証を医療機関の窓口に提示してください。

■満70歳になられる方へ

70歳の誕生月の翌月から高齢受給者に該当されます。(1日生まれの方は、誕生月から該当となります。)高齢受給者証は、該当月の前月末までに郵送します。

- (例)8月1日に生まれた方 ➡ 8月から該当
- 8月2日～末日に生まれた方 ➡ 9月から該当

■一部負担金の割合

一部負担金の割合は、2割負担となります。ただし、現役並み所得のある世帯の方は、3割負担となります。令和2年中の所得により、一部負担金の割合を判定します。

■有効期限

令和4年7月31日まで

※ただし、満75歳になられる方は、誕生日の前日までとなります。

▶ 国保医療年金課 (☎64・3149)

農業委員会だより

「大切な農地を守ろう!」農地パトロールを実施します

農業委員会では、遊休農地の発生防止・解消及び違反転用の早期発見等を行うため、7月から8月にかけて市内全域で農地の巡回指導を行う農地パトロールを実施します。農地の所有者及び農地を借りて耕作している方は、農地を適正に利用する責務があります。また、農地は、食料の安定供給にとって不可欠な資源であると同時に地域にとって大切な財産です。そのため、農地を荒らすと病害虫の発生や雑草の繁茂等により周辺的生活環境悪化につながりますので、草刈を定期的に行うなど適正な管理をお願いします。

▶ 農業委員会事務局 (☎64・3185)



保健だより

各相談・講習会・教室の申し込みは右記へ

- ▶ 健康課 (はつらつセンター内) (☎63・2112)
- ▶ 母子健康支援センター はつらつ (☎63・5121)
- ▶ 新地域振興課 (☎75・3110) ▶ 旧地域振興課 (☎72・6336)
- ▶ 御地域振興課 (☎322・3496)

引き続き

新型コロナウイルス感染症を予防しましょう!

全国的に、新型コロナウイルス感染症が蔓延し、感染力が強く重症化が懸念される変異型への感染も県内で確認されています。今一層の感染予防対策を行い、新型コロナウイルス感染症を予防しましょう。

1人ひとりができる 新型コロナウイルス感染症対策を!

- ①こまめに手洗い
- ②咳エチケット・マスクの着用
- ③3つの「密」(密閉・密集・密接)を避ける
- ④こまめな換気
- ⑤食事・運動・休養で体調管理
- ⑥消毒・除菌
- ⑦発熱などの症状がある場合には外出を控える



発熱時、まずはかかりつけ医に電話を!

- ①発熱等があれば、まずはかかりつけ医に電話で相談しましょう!
- ②かかりつけ医がない場合は、下記にお問い合わせください。

○「発熱等受診・相談センター」等

- ・発熱等受診・相談センター(龍野健康福祉事務所)
☎0791・63・5140 / FAX 0791・63・9234
- ・兵庫県新型コロナ健康相談コールセンター(24時間受付)
☎078・362・9980 / FAX 078・362・9874

○たつの市内で公表されている「発熱等診療・検査医療機関」(発熱患者等に、新型コロナウイルス感染症の診療・検査を行う県が指定した医療機関です。受診の際には必ず事前に電話相談してください)

- ・たつの市民病院(御津町中島1666番地1)
☎専用電話070・1257・1550(9時～16時)年中無休
- ・とくなが病院(神岡町東鷺崎473番地5)
☎0791・65・2232(9時～17時)年中無休
- ・板垣救急クリニック(揖西町南山2丁目111番地)
☎0791・66・1199(24時間)年中無休

熱中症に気をつけよう!

- 飲み物を持ち歩こう
- 栄養をとろう
- エアコンを使おう
- 休息をとろう
- 声をかけ合おう
- 適宜マスクをはずそう

新型コロナワクチン接種を受けましょう!

- 📍 新型コロナワクチンは、発症予防に高い効果が認められています。
- 📍 ワクチン接種によるメリットが、副反応のリスクより大きい
ため接種をお勧めしています。
- 📍 ご自身のためだけでなく、医療機関の負担軽減にもつながります。

たつの市では、新型コロナワクチン接種を、国が示す接種順位により進めていますので、ぜひワクチン接種を受けましょう。

新型コロナワクチンに係る相談窓口

兵庫県新型コロナワクチン専門相談窓口

(9時～17時30分:平日・土日祝)
☎0570・006・733 / FAX 078・361・1814

たつの市新型コロナワクチンコールセンター

(8時30分～18時:平日)
☎0791・63・2266 / FAX 0791・63・2227

教室・相談のご案内(事前予約必要)

自主トレーニング講習会

講習会を受講された方は、トレーニング機器が利用可能な日には自由に利用できます。



利用者の声



「血圧が下がった・よく眠れるようになった・自分のペースで続けられる」等、多数の良い効果があった声をいただいています。

対 象 者 40歳以上の市民(医師から運動を制限されず、介護保険認定を受けていない方)

受 講 料 500円 **申 込 先** 健康課

日 時	場 所
8/25 (水) 9:15～11:45	はつらつセンター

プレママサロン(妊婦のつどい)

妊婦が集い、交流するサロンです。

対 象 者 妊婦(お子様連れの参加可能)

参 加 費 無料

持 参 物 母子健康手帳、お茶等、マスク

申 込 先 母子健康支援センターはつらつ



開催日	時間・場所	内 容
7/21 (水)	10:00～11:30 (受付9:45～)	●ミニ講座 (出産準備・呼吸法等)
8/19 (木)	はつらつセンター	●フリーストック ●気軽に相談コーナー

