

国民年金保険料の支払いに困ったら 「国民年金保険料免除制度」をご利用ください

国民年金の長い加入期間中には、病気やけが、失業などの経済的理由で、保険料を支払うことがどうしても困難な時期があるかもしれません。そんなときは、「免除制度」があなたの年金を守ります。

- ◆収入が少なく、生活に困ったとき
- ◆病気やけがなどで、経済的に困ったとき
- ◆失業や営業不振などで保険料を納めることに困るとき

手続きは、「免除申請書」に必要事項を記入し、市民課または総合支所総務民生課の国民年金窓口へ提出してください。代理で申請する場合は、申請する人の年金手帳または納付書および印かんを預かってください。

また、継続申請により期間延長承認に該当する人以外は、毎年申請が必要です。

※申請書提出の後、年金事務所で前年度所得額により審査があります。審査の結果、免除が認められないこともあります。

※国民年金保険料の一部免除（4分の3免除・半額免除・4分の1免除）が承認された人は、残りの一部保険料を納めないで未納と同じ扱いになります。

▼免除対象となる所得（収入）の目安 ()内は収入

世帯員数	全額免除	4分の3免除	半額免除	4分の1免除
単身世帯	57万円	93万円	141万円	189万円
	(122万円)	(158万円)	(227万円)	(296万円)
2人世帯 (夫婦のみ)	92万円	142万円	195万円	247万円
	(157万円)	(229万円)	(304万円)	(376万円)
4人世帯 (夫婦、子2人) ※子はいずれも16歳未満	162万円	230万円	282万円	335万円
	(257万円)	(354万円)	(420万円)	(486万円)

学生の皆さんがとっても助かる 「学生納付特例制度」があります

20歳から国民年金への加入が義務付けられるといっても、学生の皆さんは収入がない場合が多く、保険料の納付が困難です。そこで、学生本人の所得が一定額以下のときに保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」が設けられています。

手続きは、「学生納付特例申請書」に必要事項を記入し、「在学証明書」(コピー可)または「学生証の写し(裏面に有効期限、学年、入学年月日の記載がある場合は裏面も含む)」を添付して、市民課または各総合支所総務民生課の国民年金窓口へ提出してください。代理で申請する場合は、申請する人の年金手帳または納付書、印かんを預かってください。

◆学生納付特例のメリット

▶大学(大学院)、短大、高等学校、高等専門学校、専修

学校などの学生が利用でき、夜間・定時制・通信制の学生も対象となります。年金事務所での審査を経て承認を受けると、今年の4月から翌年3月までの保険料が猶予されます。

▶老齢基礎年金を受け取るためには、原則として保険料の納付期間などが25年以上必要です。学生納付特例制度の承認を受けた期間は、年金の受給資格要件(25年)に参入されます。ただし、年金額には反映されません。

▶仮に障害や死亡といった不慮の事態が生じたときに、その月の前々月以前の1年間に保険料の未納があると、障害基礎年金・遺族基礎年金が受け取れない場合があります。しかし、この制度の承認を受けている期間は未納扱いにはなりませんので、万一のときにも安心です。

免除・学生納付特例期間中の保険料を後払い 「保険料の追納制度」をご存知ですか?

免除を受けた期間や若年者納付猶予期間および学生納付特例期間の保険料は、10年までさかのぼって保険料を納付することができます。

満額の老齢年金を受け取るために、生活に余裕ができたときには納めるようにしましょう。ただし、2年以上経過後は保険料に一定の加算金が付きまします。

詳しくはお問い合わせください。

年金出張相談の時間が変わります!

10月から相談時間を5分延長し、午前9時30分から午後3時までに変更します。

午前①9時30分～10時5分 ②10時5分～10時40分
③10時40分～11時15分 ④11時15分～11時50分
午後⑤0時40分～1時15分 ⑥1時15分～1時50分
⑦1時50分～2時25分 ⑧2時25分～3時

とき 毎月第2・4㉞(祝日の場合は変更します)
ところ 菊池市中央公民館



おながレガッタ大会に出場した菊池市チーム



出前講座でバルバレーを楽しむ参加者の皆さん



親子でブーメラン作りに夢中



子どもたちや保護者とのふれあいも楽しむことができました

おながレガッタ大会に出場
福岡県遠賀町で5月31日～6月1日、レガッタ大会が開催され、本市から男女1チームずつ出場しました。遠賀町からは毎年、菊池の大会に出場されますが、今回は初めて本市から遠賀町の大会に出場しました。国体も行われたことのある遠賀川河川敷は、駐車場や応援席などが整備されていました。町制施行50周年ということもあり、過去最多の男女60チームが出場。区對抗戦もあり、大勢の観客が訪れ応援も盛り上がりしました。

結果は女子チームが2位に入賞しました。
スポーツ推進委員たちにより
No.28
エンビョウスポーツ
お問い合わせ先 菊池市スポーツ推進委員協議会広報部 ☎0968(25)7234

がまだす出前講座
6月15日、熊本県北部障がい者就労・生活支援センター「がまだす」による、在職中の障がい者を対象にした交流会を行いました。ニュースポーツの紹介では、バルバレー、ビーンボリングを実施。21人が参加し、額に汗を流しました。
参加者は「普段の休みの日は家でゴロゴロとしていましたの



たくさん体を動かして汗を流しました



さまざまなゲームにチャレンジ

センターに4市町が集まり、スポーツ推進委員から熱心な指導を受けながら、ゲームブーメラン作りなどを行いました。
普段、子どもたちや保護者とふれあう機会も少なかったので、レクリエーションを通して良いコミュニケーションができました。

委員のつばやき
10月に入り秋の気配も感じられるようになりました。これからの季節は「運動の秋」と言われ体を動かしやすく、目標を立てやすい時期です。皆さんそれぞれの目標を立て、計画的に運動を行いましょう。それがあなたの「フィットネス・ライフ」の始まりです。
最近よく「フィットネスクラブ」や「フィットネスジム」など、フィットネス、という言葉を目にします。国語辞典では「フィットネス＝健康。また、健康や体力の維持、向上を目的として行う運動」と書かれています。運動は、暮らしの中で充実感・幸せ・楽しさ・イキキとした感じを得るためには欠かせないものだとも言われていますが、それを実現した生活こそが「フィットネス・ライフ」です。「フィットネス・ライフ」を実現するには、自分自身の目的・目標に合った計画を立て、体力(筋力・持久力・柔軟性など)の向上や食生活・栄養摂取を気にかけることが重要です。皆さんも「フィットネス・ライフ」始めてみませんか。(T・N)