

こちら 地域包括支援センターです！

高齢者支援係

すがすがしい季節がやってきました。

おいしい空気を吸って体を動かすと、心や体にいいだけでなく、新しい発見や出会いがあるかもしれません。今年も大好評のはつらつウォーキング教室を6月より開催致します。大勢の皆様のご参加をお待ちしています。

はつらつウォーキング教室



- 対象者 おおむね65歳以上の町民の皆さん（3キロ～4キロ程度歩ける方）
- 日程 6月14日(火) 6月28日(火) 7月12日(火) 7月26日(火) 8月2日(火)
8月23日(火) 9月6日(火) 9月27日(火) 10月11日(火) 10月25日(火)
- 時間 午前9時30分～11時30分頃まで
- 内容 ストレッチをした後、町内の名所周辺を3キロほど歩きます。
- 講師 身体教育医学研究所 健康運動指導士
日本ポールウォーキング協会 アドバンスコーチ
- 持ち物 タオル・水分・帽子等
- 費用 1000円程度（行事用の任意保険）
コース内容により女神湖周辺で食事をする場合がございます。その場合は自己負担となります。
- 申込み 5月9日(月)～5月20日(金)
地域包括支援センター 有線 2311 電話 56-2311までご連絡ください。

※教室の内容、日程は天候や講師の都合で変更になることがあります。

お願い：心臓や股関節等に持病がある方は、主治医にご相談の上、お申込みください。

地域包括支援センター・高齢者支援係

国民年金保険料

学生納付特例制度

住民係

二十歳になると、学生の方も国民年金に加入し保険料を納める必要があります。しかし、学生の方は一般的に所得が少ないため保険料を自分で納めることが困難ですので、本人の前年度所得が※一定額以下の場合、在学期間中の保険料納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。

※所得のめやす 118万円+（扶養親族の数×38万円）で計算した額以下

①申請手続き（毎年度申請が必要です）

受付窓口は、役場住民係です。なお、申請手続きには次のものが必要です。

1. 在学証明書または学生証（写しでも可）
2. 印鑑

②対象となる学生

大学（大学院含む）や短期大学、専門学校および各種学校などに在学する、昼間、夜間、定時制、通信課程の学生です。

※この制度の申請にあたっては、以下の点にご留意ください。

- 1) この期間は老齢基礎年金を受けるために必要な期間（受給資格期間）に算入されますが、受給する年金額には反映されません。

そこで、学生納付特例が承認された期間の保険料は、10年以内（平成28年4月分は平成38年4月まで）であれば、古い期間から順に納付が可能です。（ただし、承認を受けた年度の翌年度から起算して3年目以降は当時の保険料に一定の金額が加算されます。）

- 2) 障害基礎年金、遺族基礎年金の受給資格期間に算入されます。（一定の受給要件があります。）

※平成27年度に学生納付特例の承認を受けられた方で、引き続き同じ学校に在学される方には、ハガキ形式の学生納付特例申請書が、日本年金機構から送られてきますので、必要事項を記入し返信することにより、今年度の申請手続きが完了します。

