

後納制度（国民年金保険料の納期限の延長）が 始まりました。

国民年金制度は、20歳から60歳に到達するまでの40年の間に国民年金保険料を納めていただくことで満額の老齢基礎年金を受給することができます。

しかしながら、保険料を納められなかった期間がある場合や資格取得などの届出忘れにより国民年金の資格期間がない場合には、将来の年金受給額が少なくなったり、年金そのものが受給できなくなってしまうこと（保険料納付や免除等の合計が合計25年（300月）未満の場合）があります。

このような事態を避けるために、昨年、法律が改正され、平成24年10月1日から、国民年金保険料を納めることができる期間が過去2年から10年に延長となる後納制度が始まります。

具体的には、平成14年10月分以降の納められなかった保険料を納めることができるようになります。^(注)

ただし、既に老齢基礎年金の受給権をお持ちの方は、納めることができませんので、ご注意願います。

なお、後納保険料を納付するためには事前にお申し込みいただき審査をさせていただくこととなります。（審査の結果、後納制度による納付をご利用いただけない場合があります。）

詳しくは下記「国民年金保険料専用ダイヤル」またはお近くの年金事務所へお問い合わせください。

（注）後納保険料を納付できる期間は、平成24年10月1日から平成27年9月30日までの3年間です。

国民年金保険専用ダイヤル **0570-011-050**

年金

期限までに
「扶養親族等申告書」を
提出しましょう



老齢年金は所得税法により「雑所得」として課税の対象となります。支払われる年金から各種の控除を行い、残りの額から所得税が差し引かれるしくみとなっています。

各種の控除を受けるためには、毎年10月下旬から11月上旬にかけて日本年金機構から送られる「扶養親族等申告書」に、必要事項を記入して期限までに必ず提出してください。

「扶養親族等申告書」が送られる老齢年金受給者は、次のとおりです。

- ・65歳以上で158万円以上の年金を受けている人
- ・65歳未満で108万円以上の年金を受けている人

この申告書を提出しないと、扶養控除等の控除が受けられず、税金が多く徴収されてしまうことがありますので、忘れずに提出しましょう。

なお、障害年金や遺族年金には税金がかかりませんので、これらを受給している方には扶養親族等申告書は送られません。

扶養親族等申告書に関するお問い合わせは、ねんきんダイヤル『0570-055-11655』（P電話・PHSからは03-6700-11655）へ。

～“かむ”不思議な効果 講演会～

かむことでいいこといっぱい! それはどうして?
七日市の歯医者さんの耳寄りな話を聞きに来て!

日 時：平成24年10月21日(日) 午前10時30分～12時
場 所：下仁田町公民館 3階大会議室
講 師：鈴木歯科医院 院長 鈴木 廣 先生
対 象：どなたでも参加できます。
費 用：無料



講師 鈴木 廣 先生

お問い合わせ 健康課 高齢者支援係 ☎82-2111 (内線328)

平成24年度子宮頸がん検診のお知らせ

今年度の子宮頸がん検診は下記のとおり実施いたします。
当日会場へ受診票・受診料を持ってお出かけください。

対象者 20歳以上の偶数年齢の女性
(平成24年4月1日の年齢)

受診料 2,500円
※但し、20歳・25歳・30歳・35歳・40歳の方は無料
(郵送済の無料クーポンを持参してください。)

実施日	対象地区	会場
10月2日(火)	小坂・青倉地区	保健センター
10月6日(土)	下仁田地区	保健センター
10月16日(火)	馬山地区	保健センター

問い合わせ先 健康課 保健環境係(保健センター内) ☎82-5490

豊かな人生を送るための『糖尿病予防教室』

健診の結果、血糖値が高めだった方、糖尿病で治療中の方、ぜひご参加ください。基礎知識、食事、生活の3回コースで、血糖値を改善し動脈硬化の進行を防ぎ、生活習慣病を予防する学習会です。

日 程 ①10月26日(金)
②11月中旬(調整中)
③12月上旬(調整中)

対 象 健診でHbA1c値が5.5%以上の方
糖尿病で治療中の方
糖尿病予備軍で定期検査中の方
健康に興味のある方

時 間 ①13:30～15:30

参加費 無料

会 場 保健センター

申し込み 10月19日までに問合せ先へ電話でお申込みください

問い合わせ先 健康課 保健環境係(保健センター内) ☎82-5490

借金返済でお困りの方へ 無料相談会のお知らせ

～解決の一步はまず相談から～ **相談無料** **秘密厳守** **事前予約制**

「借金苦から抜け出したい」「借金にたよらない生活がしたい」そんな悩みをお持ちの方のために相談会を開催します。
○お住まいの地域にかかわらず、どの会場でも相談が受けられます。

法律相談会:弁護士や司法書士など法律家の相談を受けることができる総合的な相談会

定員20名

開催日	会場	時間	お問い合わせ・申し込み
10月13日(土)	長野原町山村開発センター	13:30～17:00	吾妻郡消費生活センター ☎0279-75-1166
10月27日(土)	桐生市市民文化会館	13:30～17:00	桐生市消費生活センター ☎0277-40-1112
11月20日(火)	富岡市生涯学習センター	18:00～20:00	富岡市消費生活センター ☎0274-63-6066
12月 8日(土)	藤岡市役所 第1会議室(1階)	13:30～17:00	藤岡市消費生活センター ☎0274-20-1133

定員
12名

〈生活の立て直し相談会:税金・年金保険料の支払いや、家計収支の改善方法などをアドバイス〉

定員8名

開催日	会場	時間	お問い合わせ・申し込み
10月18日(木)	板倉町中央公民館	13:00～17:00	板倉町消費生活センター ☎0276-82-7830
11月16日(金)	沼田市役所東原庁舎 第2会議室	13:00～17:00	沼田市消費生活センター ☎0278-20-1500
12月11日(火)	玉村町勤労者センター 1階会議室	13:30～17:00	玉村町消費生活センター ☎0270-20-4020
毎月第1・第3火曜日	県庁2階 相談室	14:00～17:00	群馬県消費生活センター ☎027-223-3001

定員
6名

食育講座「お母さんと一緒に学ぶたべもの教室」開催

町のボランティア団体「食生活改善推進員(愛称 ヘルスマイト)」の皆さんが親子に簡単なランチ(今回は郷土食「けんちん汁」と秋の食材を使った料理)を提供します。
この機会にぜひ子供と楽しく食べることの大切さを学びませんか。

- ★日時 10月19日(金)11時～13時
- ★会場 保健センター 1階 母子保健室
- ★対象 乳幼児とその保護者(先着15組)
- ★内容 ①バランスを考えた幼児食の試食
②子供と一緒にプチ調理体験
③ヘルスマイトからの食育伝達
④参加親子の交流
- ★費用 材料費として 保護者 500円/子ども 250円
※離乳食の用意は各自でお願いします
- ★持ち物 あれば親子共に、エプロン、バンダナ、手ふきタオル等ご用意ください
- ★申込先 健康課(保健センター)栄養士まで ☎82-5490
- ★申込締切 10月12日(金)



6月に作ったお弁当の様子