

国民年金保険料は遅れずに きちんと納めましょう！

保険料の納め忘れが続くと、年金が受け取れない場合があります。納付が困難なときは、免除制度・猶予制度をご活用ください。

●保険料の納付が困難なときは

国民年金は、老後やもしもの時にあなたの生活において大きな支えとなります。保険料の納め忘れが続くと老後に年金を受け取ることができなくなるばかりか、納付が遅れることで障害年金や遺族年金を受け取れない場合があります。

もしもの時に後悔することのないよう、保険料はきちんと納期内に納めましょう！（納期は翌月末で、2年経過すると時効により納められなくなります。）

国民年金には、保険料納付が免除や猶予される制度があります。納付が困難だからといってそのままにせず、市役所保険年金課や最寄りの支所窓口で、下記の保険料免除、猶予の手続きについてご相談ください。

保険料免除などの承認をされた期間（一部免除承認期間において一部納付がない期間は除かれます。）は、老齢基礎年金、障害基礎年金、遺族基礎年金を受け取る資格期間に含まれます。

また、失業された方は、雇用保険被保険者離職票や雇用保険受給資格者証を添付すれば、前年の所得に関係なく免除される特例もありますので、併せてご相談ください。

国民年金課 ☎(25) 8137

納付が困難な方は 	30 歳未満の方は 	学生の方は 
保険料免除制度	若年者納付猶予制度	学生納付特例制度
経済的な理由などで、保険料を納めることが困難な時に利用できる制度で、申請が承認されると保険料納付の全額または一部（3/4、1/2、1/4）が免除されます。 本人、配偶者、世帯主の前年所得が一定額以下であれば承認されます。	本人が30歳未満であるときに限って利用できる制度で、申請が承認されると保険料の全額について納付が猶予されます。 納付猶予は、本人と配偶者の前年所得が一定額以下であれば、世帯主の前年所得にかかわらず承認されます。	本人が学生であるときに限って利用できる制度で、申請が承認されると保険料の全額について納付が猶予されます。 学生納付特例は、本人の前年所得が一定額以下であれば、配偶者や世帯主の前年所得にかかわらず承認されます。

一日年金相談所

大津年金事務所では、「予約制による年金相談」を開催します。

▼日時 12月16日（木）10時～16時
▼場所 安曇川公民館（安曇川ふれあいセンター）

▼申込方法

平日の8時30分から17時までに、次の予約専用電話でお申し込みください。

◎大津年金事務所

☎077(521)1489

※この電話では予約以外のご用件はお受けできません。
※定員になり次第、締め切ります。

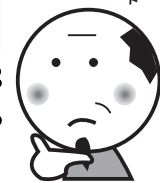
お気軽にご利用ください！



あなたの将来に備えて

知っておこう

成年後見制度



介護が必要な状態になっても自分らしく暮らしたい、という思いをかなえるために自分で物事の判断が難しくなった時に、できない部分を補ったり、様々な手続きを代行したりしてくれるのが成年後見制度です。成年後見制度の中には、法定後見制度と任意後見制度があります。

法定後見制度とは

法定後見制度は、認知症等により判断能力が低下した場合に、家庭裁判所で手続きを行い、援助してくれる人（成年後見人等）を決める制度です。

成年後見人等は、本人に代わって財産の

任意後見制度とは

将来に備えてという場合は、任意後見制度があります。

任意後見制度は、物事の判断ができる間に、あらかじめ自分が選んだ代理人に財産の管理などをお願いする契約を結び、判断能力が低下した時に支援を開始します。

「認知症になってお金の管理ができなくなったらどうしよう？」などの不安を解消するために、元気な時から成年後見制度について知っておくことは大切です。

市内では、社会福祉協議会の中に成年後見サポートセンターが設立され、成年後見制度について身近に相談できる場所ができましたので、ご利用ください。

「高島市成年後見サポートセンター」とは？

成年後見制度の利用に関する相談や手続きの支援を行うほか、成年後見制度の広報・啓発や研修などの活動を行っています。「いつまでも安心して暮らすことができる」お手伝いをしてくれる相談機関です。

▼場所 高島市勝野2-15番地
(市社会福祉協議会内)
▼連絡先 ☎(36) 80230
FAX(36) 80201

家族介護教室の12月の予定

介護者同士の情報交換の時間を持ち、身もこころもリフレッシュさせ、日頃の不安や悩みを解消しましょう。

▼日時 12月10日（金）
11時～15時頃

▼場所 安曇川公民館
▼内容 健康的な食事をしましょう（調理実習）

▼参加費 材料費

▼申込方法
開催日前日までに各地域包括支援センターまでお申し込みください。

元気カレッジ 12月の予定

おおむね65歳以上の方の介護予防教室です。どの会場でも参加できますので、お気軽にお越しください。

▼時間 10時～正午

▼持ち物 お茶、タオル

園各保健センター ※申し込みは不要です。

開催日	場所	内容
12月3日（金）	今津保健センター	転ばぬ先の体力づくり
12月10日（金）	朽木保健センター	
12月13日（月）	高島保健センター	ちょっと気になる 尿失禁予防
12月17日（金）	マキノ保健センター	
12月24日（金）	やすらぎ荘（新旭）	

健康、福祉、介護などの相談をお受けしています。

マキノ
今津
新旭

園北部地域包括支援センター
☎(22) 0193
園北部健康福祉センター
☎(22) 5101

朽木
安曇川
高島

園南部地域包括支援センター
☎(32) 2520
園南部健康福祉センター
☎(32) 4413