

## 20歳になったら国民年金

国民年金は、やがて訪れる長い老後や生活の安定を損なうような万が一の事態に備え、保険料を出し合いお互いを支え合う制度です。



### ○ 国民年金の加入手続きは必要なの？

20歳になったら日本年金機構から「国民年金加入のお知らせ」や納付書等により、国民年金に加入したことのお知らせが送付されます。

ただし、最近海外から転入された方などは、届出が必要になりますので、住民課・各支所地域振興課および出張所、または年金事務所で直接お手続きください。

### ○ 毎月の保険料はいくら？

国民年金保険料(定額)は月額17,510円(令和7年度)です。なお、保険料をまとめて前払いすることにより割引される前納制度もあります。また、定額保険料に加えて月額400円の付加保険料を納めると、将来の老齢基礎年金に加えて付加年金が支給されます。

### ○ 納付方法は？

納付書と口座振替、クレジットがあります。納付書は銀行などの金融機関、郵便局、コンビニエンスストア等の窓口、またはスマートフォンアプリによる電子決済、電子納付(ペイジー、インターネットバンキング等)で納付できます。

保険料を早めに納めること(前税)により保険料が割引になり、前納制度と口座振替をセットにすることで、さらに割引になります。20歳到達月からの前納を希望する場合は、お早めにご連絡ください。

お問合せ 住民課 ☎0738-22-1701



### ○ 払うのが困難な時はどうすればいいの？

保険料の納付が猶予される制度があります。

#### ・50歳未満の方は

「納付猶予制度」を利用できます。

本人と配偶者の前年所得が一定額以下の場合、申請することにより保険料の納付が猶予されます。

#### ・学生の方は

「学生納付特例制度」を利用できます。

本人の前年所得が一定額以下の場合、申請することにより保険料の納付が猶予されます。なお、申請する際には、学生証など学生であることの証明が必要です。

納付猶予等の承認を受けた期間があると、保険料を全額納付した時に比べ、将来受け取る老齢年金額が少なくなります。ただし、これらの期間分の保険料は、10年以内であれば、申出によりあとから納めること(追納)ができます。(※承認を受けた期間の翌年度から起算して3年度目以降に追納する場合には、経過期間に応じて加算額が上乘せされます。)保険料を未納のまま放置すると、年金を受け取ることができない場合があります。保険料を納めるか、納付猶予や学生納付特例の申請をしてください。

## 献血の実施について

献血は皆様の尊い善意で成り立っています。献血へのご理解とご協力をお願いいたします。

お問合せ 保健福祉課 ☎0738-22-9041

日程	実施時間	場所
令和8年 2月6日(金)	10:00～12:00	日高川町保健センター (川辺)
	13:00～16:00	

(協賛：御坊ライオンズクラブ)



## 令和7年度第21回日高川町老人クラブ連合会 ゲートボール大会結果

令和7年11月12日(水)に、みやまドームにおいて、令和7年度第21回日高川町老人クラブ連合会(会長 児玉宗明)主催によるゲートボール大会を、6チーム29名の参加のもと開催いたしました。  
結果は次のとおりです。(敬称略)



優勝 江川 チーム



準優勝 ちどり チーム

○ 男性 原 保治(79歳)【ちどり】  
○ 女性 西野 洋子(83歳)【みやま】

### 最高年齢者賞

○ 主将 寒川 治  
○ 選手 下井 松一  
今北喜久代 西野 洋子

### 第3位 みやまチーム

○ 主将 原 保治  
○ 選手 竹村 定雄  
原 徳子 中田佐代子

### 準優勝 ちどりチーム

○ 主将 谷口 定次  
○ 選手 井口 久一  
花光弘太郎 井口 弘子  
花光ツユ子

### 優勝 江川チーム



令和3年11月ゼロカーボンシティ宣言 2050年二酸化炭素実質排出ゼロを目指します

～できることから始めよう～  
ゼロカーボンシティ ひだかがわ

脱炭素につながる新しい  
豊かな暮らしの10年後

お問合せ 企画政策課 ☎0738-23-9511



#### テレワーク

- 移動時間の削減で、時間を有効活用し、多様な働き方も実現
- 毎日のテレワークでガソリン代が約61,300円/年お得
- 通勤時間約275時間/年を団らんや趣味の時間に

通勤手段や頻度の見直し：自分に合った方法で時間やお金を有効活用（以下のいずれかを実施）

#### 公共交通機関・自転車等の活用

- 通勤手段の見直しで健康増進。現在交通機関等を使われている方は引き続きの利用で健康維持
- 近距離通勤は自転車や徒歩に切り替えることでガソリン代が約11,800円/年お得
- 複数の移動サービスを最適に組み合わせ、検索・決済等を一括で行う「MaaS」を活用し、快適に移動
- 自家用車の代わりにカーシェアを利用した場合、年換算約15万円お得（自家用車を購入し、13年間利用した場合との比較）

