

国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象です！

国民年金保険料は、社会保険料控除としてその年の課税所得から控除されます。控除の対象は、令和7年中に納付した保険料の全額です。過去の年度分や追納した保険料、ご家族分を納付した場合の保険料についても対象となります。

なお、日本年金機構から「[社会保険料\(国民年金保険料\)控除証明書](#)」が送付されますので、年末調整や確定申告の際にご使用ください。

【お問合せ・再発行】

☎ **ねんきん加入者ダイヤル** ☎0570-003-004
◆ **050 から始まる電話からは** ☎03-6630-2525
[平日] 8:30 ~ 19:00 [第2(土)] 9:30 ~ 16:00

※[ねんきんネット](#)を利用して[再発行申請](#)を行うこともできます。
※[マイナポータル](#)から控除証明書等を電子データで受け取り、e-Tax による確定申告で自動入力することができます。

(新規対象の方) 年金生活者支援給付金のはがきのご提出をお忘れなく！

令和7年度において、所得額が前年より低下したことなどにより、新たに年金生活者支援給付金の支給対象となる方には、日本年金機構から請求書が送付されています。令和8年1月5日までに請求書が届くように提出すると、令和7年10月分から遡って受給できます。

離婚時の厚生年金の年金分割請求は2年以内に！

①合意分割

- ・当事者の一方または双方からの請求により、婚姻期間中の厚生年金記録を分割できます。
- ・年金分割の割合は、お二人の合意または裁判手続により決定されます。

②3号分割

- ・国民年金第3号被保険者であった方からの請求により、相手方の厚生年金記録を2分の1ずつ分割することができます。
- ・当事者双方の合意は不要です。
- ・平成20年4月以降の第3号被保険者期間中の厚生年金記録が分割の対象となります。

※請求期限：原則として離婚後2年以内。

※詳細は、お近くの[年金事務所](#)にご相談ください。

【問合せ】■天王寺年金事務所 ☎ 06-6772-7531 (代)

[平 日] 8:30 ~ 17:15 ※週初めの開所日は 19:00 まで
[第2(土)] 9:30 ~ 16:00

※電話は自動音声案内です。

※電話機の ☎ を押すと所員が対応します。

※繋がりにくい場合は、お手数ですが時間をおいてからおかけ直してください。



日本年金機構
ウェブサイト

かかりつけ健康メール

虫歯予測試験(虫歯のなりやすさ検査)

虫歯予測試験(虫歯のなりやすさ検査)は、カリオスタットと呼ばれる検査で、羽曳野市では1歳6か月児健康診査と2歳6か月児健康診査にて行われています。歯の表面を滅菌済綿棒で拭い、採取した歯垢(細菌)を培養して、細菌の作り出す酸がどれくらい強いかを調べます。培養に48時間かかるので、すぐに結果は出ませんが、健診時のお口の中の状態が虫歯になりやすかったかどうかの目安にはなります。この検査で虫歯になりやすい状態だったと判断された場合、虫歯予防教室への出席通知があります。虫歯になりにくくするためには食生活習慣の改善や歯磨き方法・時間の改善が重要です。

上野山歯科医院 上野山雄央

東洋医療

ひとくちコラム

10月19日、天候はあまり恵まれていなかったが、第40回ふれあい健康まつりが、タケダハムはびきのコロセアムにて開催されました。

開催時間は過去2回と同様、午前10時(今回のみ9時半)から午後1時までということで、ややこれが定着したようですが、まずは成功裡に終了しました。

我々のコーナーでは、恒例の小児鍼と擦過鍼(今後は河南のはりと称します)体験会と東洋医療健康相談の3部門で成人の皆さんと対応させて頂きました。

結果は、この時期、他のイベントと重なっているせいもあって、子どもたちの訪れがもうひとつで、少しさびしく感じられ、男・女児併せて22名、「河南のはり」体験者は、同時に健康相談も実施しましたが、計145名の成人の方が受けられました。

年間5回の保健センターでの体験会に、もっと関心を寄せてほしいとの感を強くしました。

次回は11月21日(金)、1時半より実施します。

(はびきの鍼灸マッサージ師協会) ☎ 072-958-5764