

知って得する国民年金

保健福祉部保険年金課 ☎958-1111 (内線1720) FAX956-1419
天王寺年金事務所 ☎06-6772-7531 FAX06-6772-3338

新成人のみなさまへ

国民年金の手続きは

国民年金はだれでも20歳から60歳まで加入することが決められています。厚生年金や共済年金に20歳前から加入しておられる方は届出の必要はありませんが、それ以外の方は学生であっても国民年金に加入しなければなりません。

20歳の誕生日ごろに年金手帳や国民年金保険料の納付書などが届きます。手帳は国民年金だけでなく厚生年金に加入するときにも必要なものです。手帳に書かれている基礎年金番号は一生使うものですので、大切に保管してください。

年金は生活保障—納付が困難なときは相談を

年金は老後の生活を保障するだけでなく、けがや病気などで障害が残ったときや、妻子を残して亡くなられたときに遺族の生活を支えるものでもあります。

老齢年金を受け取るためには厚生年金や国民年金を合わせて最低300月(25年)以上保険料を納付する必要があります。また、障害年金では、障害の状態になったときに初診日までの期間で一定の納付要件が必要です。未納の期間が多いと将来年金が受け取れなくなったり、障害年金が受けられないということにもなりかねません。

保険料の納付が困難なときは、所得の状況によって免除や猶予の制度があり、学生には学生納付特例制度があります。免除などが承認されると、その期間は納付要件の月数に含まれますので、未納のままにせず、市役所の年金窓口でご相談ください。

申請期間	学生納付特例	毎年4月から翌年3月まで
	一般免除	毎年7月から翌年6月まで

年金に関する一般的なお問い合わせは
ねんきんダイヤル 0570-05-1165へ
市内通話料金がかかります。
(IP電話・PHSの方は03-6700-1165へ)

天王寺年金事務所(平日8:30~17:15)
06-6772-7531(代)

休日窓口 第2土曜日(9:30~16:00)
月曜日(祝日のときは翌日)は午後7時まで

※年金事務所の電話は自動音声案内です。
ご相談の内容によって番号を選び、担当課につながるようになっています。
・年金受け取りの手続き中の内容について→「3」
・それ以外の年金受け取りに関するご質問→「1」
→「ねんきんダイヤル」に転送されます。
・年金の加入や免除、記録、健康保険など→「2」
(内容によってさらに番号を選びます。)
年金に関する一般的なご質問は、「ねんきんダイヤル」に直接おかけください。

○公的年金など源泉徴収票

平成21年分の「公的年金源泉徴収票」が日本年金機構から年金受給者に送られます。1月中には届く予定ですが、届かない場合や再発行などについては**天王寺年金事務所**へご連絡ください。(障害年金・遺族年金は非課税です)ので送付はありません。

○社会保険料(国民年金保険料)控除証明書

お問い合わせは、控除証明書専用ダイヤルへ
0570-070-117 (IP電話などは03-6700-1130)
3月13日(土)までの平日と第2土曜日開設

かかりつけ健康メール

御挨拶

平成21年度より、羽曳野市歯科医師会会長に就任致しました。大変な大役に、日々右往左往致しております。これからの任期中、皆様方には、何かとお世話になると思っておりますが、何とぞよろしくお願い申し上げます。さて、昨年8月の衆議院選挙により、政権交代という、歴史的な局面を、目のあたりに致しました。日本の古い政治体質に対する、国民の怒り、思いが噴出した結果ではないでしょうか。しかしながら政治はともかく、今現在の日本は目新しい事を優先し、古き良きものを忘れたかのようには思われます。万人が良くなる、好まれる新しい事は良いのですが、日本の良き国民気質がなくなってきたように思われます。人と人とのふれあいと言う、よく使われる言葉ですが、今それが少なくなってきたように感じます。人の気持をよく理解したうえで市民への医療を心がけなければならぬと考えております。食べ物、口でしゃくして、健康な体を維持し、考え事は脳でしゃくし、健全な精神を維持する。よりよい市民への健康維持、増進に取り組んでまいりたいと考えております。はなはだ簡素ではございますが挨拶とさせていただきます。

羽曳野市歯科医師会 会長
神谷 祐行

東洋医療

一口コラム

新年明けましておめでとうございます。
皆様には、平成22年の新春をお健やかに迎えられましたことをお慶び申し上げます。

日頃より、当会には温かいご支援、ご理解を賜り誠にありがとうございます。

昨年の健康まつりでは、138人の小児鍼施術を行い、62人の成人の方に、良導絡測定のご協力をいただき、測定結果に基づく、私たちの立場からの健康相談として対応致しました。

また、東洋医療に関する展示パネルも非常な関心と呼び、内容についての質問なども沢山寄せていただくなど、大変好評を得ることができました。

本年も日常の業務と市のイベントなどを通じて、皆様の健康増進に貢献できるよう、活動を展開していきますので、よろしくお願い申し上げます。

(はびきの鍼灸マッサージ師協会)