

お知らせ

保険料の納付が困難な人へ



国民年金保険料の免除・納付猶予の申請

問合先/住民課 (979-8111)

本人・配偶者・世帯主の前年の所得が基準を下回る場合に、保険料の免除・納付猶予を受けることができます。経済的な事情で納付が困難なときは申請してください。

保険料を納めないままにしておくと、老齢年金やいざというときの障害年金や遺族年金を受け取ることができない場合があります。

○令和4年度国民年金保険料

月額 16,590 円

○持ち物

【共通】

年金手帳またはマイナンバーがわかるもの

【失業した人】

雇用保険受給資格者証または雇用保険被保険者離職票

【学生の人】

在学期間のわかる学生証のコピー（両面）または在学証明書（原本）

○申請について

住民課 国保年金係まで上記の持ち物を用意し、申請してください。

○その他

制度の詳細については、三島年金事務所 (973-1166) または日本年金機構ホームページでご確認ください。

詳細はこちら
日本年金機構ホームページ



お知らせ

健康への意識を高めましょう



「セルフメディケーション」 知っていますか？

問合先/住民課 (979-8111)

セルフメディケーションとは「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な体の不調は自分で手当てすること」と定義されています。

日ごろから自分の健康状態を把握しながら生活習慣の改善に取り組み、市販薬など上手に活用しながら風邪のひきはじめや軽微なけがの時に自ら治療することも、セルフメディケーションにあたります。

○セルフメディケーションのメリット

- ①健康管理の習慣が身につく
- ②医療や薬の知識が身につく
- ③病気により、医療機関で受診する手間と時間が省かれる
- ④通院が減ることで、全体の医療費の増加を抑制できる
- ⑤セルフメディケーション税制での所得控除を受けられることができる

○セルフメディケーションの取り組み

①特定健診や定期健康診断の活用

自分の体の状態を知ることが大切です。健康診断などは、体の変化・状態、病気の予防・早期発見のための情報を得る大切な機会となります。町の国民健康保険加入者で「特定健診」を実施しています。毎年必ず受けましょう。勤務先で実施する定期健康診断も活用しましょう。

②健康管理の習慣化

普段から、適度な運動と栄養バランスの良い食事、十分な睡眠を確保し、体の自然治癒力を高めましょう。また、体重や体脂肪、血圧、体温などを確認し、推移を記録しておくことも、健康状態の把握に役立ちます。

③OTC医薬品（市販薬）の活用

OTC 医薬品とは、医師の処方箋がなくても、薬局・ドラッグストアなどで購入できる医薬品（市販薬）のことです。風邪のひきはじめや軽微なけがの時に、OTC 医薬品など上手に活用することもセルフメディケーションの取り組みになります。OTC 医薬品を活用する際には、薬剤師と相談確認しながら選択しましょう。

お知らせ

内容をご確認ください



新型コロナウイルス感染症に係る国民健康保険税の減免

問合先/税務課 (979-8109)

新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者の収入が減少などした世帯に対し、国民健康保険税が減免される場合があります。

○減免の対象となる世帯

- ▶新型コロナウイルス感染症により、主たる生計維持者が死亡、または重篤な傷病を負った世帯
- ▶新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者の収入（事業収入、不動産収入、山林収入、給与収入）の減少が見込まれ、次の①～③の全てに該当する世帯
 - ①収入の種類ごとに見た収入のいずれかが前年に比べて10分の3以上減少する見込みであること
 - ②前年の所得の合計額が1,000万円以下であること
 - ③収入減少が見込まれる所得以外の前年の所得の合計額が400万円以下であること

○減免の対象となる保険税

令和4年度賦課分の保険税であって、4月1日から令和5年3月31日までの間に納期限が設定されているものです。

- ▶令和3年度随時期分
- ▶令和4年度第1期分から第8期分
- ▶令和4年度随時期分

○申請期限

令和5年3月31日

○申請方法

減免申請書に必要事項を記入し、必要書類を添えて税務課へ申請してください。申請に必要な書類などの詳細や減免申請書は、税務課にお問い合わせいただくか、町ホームページをご確認ください。



町ホームページ

お知らせ

悩まずにご相談ください



新型コロナウイルス感染症に伴う介護保険料の減免

問合先/福祉課 (979-8126)

新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者の収入が減少などした人に対し、介護保険料が減免される場合があります。

○減免の対象となる人

- ▶新型コロナウイルス感染症により、主たる生計維持者が死亡、または重篤な傷病を負った人
- ▶新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者の収入（事業収入、不動産収入、山林収入、給与収入）の減少が見込まれ、次の①～②の全てに該当する人
 - ①収入の種類ごとに見た収入のいずれかが前年に比べて10分の3以上減少する見込みであること
 - ②収入減少が見込まれる収入にかかる所得以外の前年の所得の合計額が400万円以下であること

○減免の対象となる保険料

令和3年度から令和4年度の保険料であって、4月1日から令和5年3月31日までの間に納期限が設定されているもの。

○申請期限

令和5年3月31日

○申請方法

減免申請書に必要事項を記入し、必要書類を添えて福祉課へ申請してください。郵送での申請も受け付けます。申請に必要な書類などの詳細や減免申請書は、福祉課にお問い合わせいただくか、町ホームページをご確認ください。



町ホームページ