

国民年金についてのお知らせ

平成31年度の国民年金保険料の金額が決まりましたのでお知らせします。
 なお、保険料を納付する際には、前払いによる割引制度を利用していただくとお得です。

【保険年金課】



●平成31年度の保険料

16,410円（月額）

※毎月の保険料は、日本年金機構から4月上旬に送られてくる納付書（1年分）で翌月の末日までに納めてください。

●前払い（前納）による割引制度

一定期間の保険料を前払いで納めることで、保険料が割引される「前納制度」があります。

●平成31年度の前納額と割引額

| 前納期間 | 前納額 |
|------|-----------------------|
| 2年分 | 380,880円（割引額 14,520円） |
| 1年分 | 193,420円（割引額 3,500円） |
| 6カ月分 | 97,660円（割引額 800円） |

※口座振替で納付期限より1カ月早く納めると、保険料が割引される「早割制度」もあります。

●付加保険料

定額保険料に加え、付加保険料（月額400円）を納付すると、老齢基礎年金に付加年金（200円×付加保険料納付月数）が上乗せされます。ただし、国民年金基金加入者は申し込みできません。

●学生納付特例制度

対象となる学生などは、承認を受けることで保険料の納付義務が猶予されます。

猶予された期間の保険料は、10年以内であれば納めること（追納）ができます。

▶対象（次のすべての条件を満たす人）

①20歳以上で大学（大学院）、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校、各種学校などに在学している人

②学生本人の前年所得が118万円以下の人（扶養控除、社会保険料控除のない場合）

▶猶予期間

4月～翌年3月 ※毎年度更新が必要です。

▶申請方法

申請期間中に在籍したことがわかる学生証または在学証明書などと印鑑を持って、保険年金課で申請してください。

●申請先・問い合わせ

- 保険年金課 国民年金係 ☎33-1272
- 和歌山東年金事務所 ☎073-474-1841

風しんの抗体検査と予防接種について

風しんの抗体保有率が低い年代の男性に対し、国の事業として風しんの抗体検査・予防接種を3年間実施します。また、これまでのワクチン接種助成事業も1年間延長して実施します。

【いきいき健康課・子育て世代包括支援センター】



◆**対象者** 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

◆実施内容（原則無料）

はじめに風しんの抗体検査を行い、十分な量の抗体がない場合に限り、予防接種を行います。

◆利用方法

指定のクーポン券が必要です。対象者には3年にわたり順次案内と併せて発送します。

※本年度は5月以降に、昭和47年4月2日～昭和54年4月1日生まれの人へ発送予定です。

また、上記以外の対象者で検査および接種を希望する場合は、お問い合わせください。

◆**問い合わせ** いきいき健康課 ☎33-6111

ワクチン予防接種助成の延長について

◆**対象者** 本市に住民票があり、19歳以上50歳未満の妊娠を希望する女性および妊婦の配偶者

◆接種および還付請求期間

4月1日～2020年3月31日

◆対象ワクチン

風しんワクチン、麻しん風しんワクチン

◆助成額

接種にかかった費用（上限10,000円）

◆問い合わせ

子育て世代包括支援センター ☎33-0039

いきいき百歳体操教室 参加者募集！

いつまでも健康で介護が必要な状態とならないためには、継続して運動することが重要です。また、社会活動へ参加し、地域とのつながりを持つことは生きがいや心の豊かさにつながり、自立した生活を送る上で非常に重要です。

何歳からでも遅くはありません。いきいき百歳体操を通じて自分も地域も元気にしませんか。

【いきいき健康課】



●日時

5月10日～7月26日の金曜日
 午前10時～11時30分

●場所

保健福祉センター

●対象

- おおむね65歳以上の人で医師から運動を止められていない人
- いきいき百歳体操を地域で広げていきたい人

●定員 30人

●申込期間

4月12日(金)まで

●申込方法

いきいき健康課で配布している申込書（市ホームページからも入手可）を持参またはファクスで提出してください。

●内容

重りを使って筋力向上の体操を行います。手や足に重りを付け、DVDに合わせてゆっくりと手足を動かします。筋力が弱い人は重りを付けずに体操することもできます。

●申し込み・問い合わせ

いきいき健康課 高齢福祉係
 ☎33-3705 ファクス34-1652



▲いきいき百歳体操教室の様子

高齢者用肺炎球菌予防接種について

平成31年度の高齢者用肺炎球菌の定期予防接種について、ご案内します。接種を受ける場合は事前に実施機関へ電話などで予約してください。なお過去に当ワクチンを接種した人は対象外です。

【いきいき健康課】



●対象年齢と生年月日

| 年齢 | 生年月日 |
|--------|------------------------|
| 65歳 | 昭和29年4月2日～昭和30年4月1日生まれ |
| 70歳 | 昭和24年4月2日～昭和25年4月1日生まれ |
| 75歳 | 昭和19年4月2日～昭和20年4月1日生まれ |
| 80歳 | 昭和14年4月2日～昭和15年4月1日生まれ |
| 85歳 | 昭和9年4月2日～昭和10年4月1日生まれ |
| 90歳 | 昭和4年4月2日～昭和5年4月1日生まれ |
| 95歳 | 大正13年4月2日～大正14年4月1日生まれ |
| 100歳以上 | 大正9年4月1日以前生まれ |

※今回の接種券は65歳の人に送付しています。上記の対象年齢で65歳以外の方が接種を希望する場合は予防接種券を発行しますので、いきいき健康課までご連絡ください。

●**費用** 3,000円（生活保護受給者は無料）

●持ち物

予防接種券、予防接種手帳、年齢や住所が確認できるもの（健康保険証や運転免許証など）

●その他

60歳以上65歳未満で、心臓や腎臓、呼吸器機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいのある人（身体障害者手帳1級相当）も定期予防接種の対象になります。

●問い合わせ

いきいき健康課 ☎33-6111