

加入する年金の種別が変更したときは
手続きをお忘れなく



国民年金の加入のしかた（種別）
は3つに区分されています

第1号 被保険者	自営業や学生、自由業、 無職の方など
第2号 被保険者	厚生年金や共済年金に加入 している方 (会社員や公務員など)
第3号 被保険者	第2号被保険者に扶養され ている配偶者 (収入が一定額を超えない方)

国民年金は、日本にお住まいの20歳から60歳になるまで、すべての方が加入する制度です。

就職・転職・退職・結婚など、生活の変化に合わせて届け出が必要です

ご本人や配偶者の就職・転職・退職や結婚などにより国民年金の加入の種別が変わることがあり、そのたび種別変更などの届け出が必要になります。

届け出を忘れ未加入のままだと、将来受ける年金が減額されたり、病気やケガで障がいが残ったときの「障害年金」、死亡した場合の「遺族年金」などを受け取ることができなくなることがあります。

その都度忘れずに手続きしましょう。

こんなとき	被保険者の種別	届け出先
20歳になったとき	未加入 →第1号	役場（年金機構から届いた取得届が必要です）
	未加入 →第3号	配偶者の勤務先
会社を退職したとき	第2号 →第1号	役場（離職日が確認できるものと、基礎年金番号が必要です）
結婚や退職で配偶者（第2号被保険者）の扶養となったとき	第1号 →第3号 第2号 →第3号	配偶者の勤務先
配偶者の扶養からはずれたとき	第3号 →第1号	役場（扶養からはずれた日が確認できるものと、基礎年金番号が必要です）
配偶者が会社を退職したとき	第3号 →第1号	役場（離職日が確認できるものと、基礎年金番号が必要です）
配偶者が会社を変ったとき	第3号 →第3号	配偶者の新しい勤務先

お問い合わせ先

詳しくは、
・帯広年金事務所
☎0155(25)8113
または、
・町民課戸籍年金窓口係
☎(66)4031 内線177・178
へお問い合わせください。

平成25年度の国民年金保険料は
月額1万5040円です

国民年金保険料は、お支払いの方法によってお得な割引があります。
○平成25年4月から26年3月までの1年分について
《現金で毎月納付した場合》
18万4800円
《現金で1年分を前納した場合》
17万7280円
(毎月納付より3200円のお得)
※右記の1年度分の前納のほか、6カ月前納などもあります。

高齢者の方が元気でいられるためのお手伝いをします

はっらっ元気 通信

お気軽にご相談ください

鹿追町トリムセンター内
地域包括支援センター
居宅介護支援事業所
☎66-1311 FAX 66-1818

困ったときは… トリムセンターへ早めに相談を

トリムセンターには、高齢者に関する相談機関として「地域包括支援センター」と「居宅介護支援事業所」があります。相談内容に応じて職員が対応しますので、お気軽にご相談ください。

■ 地域包括支援センター

地域包括支援センターでは、健やかに住み慣れた地域で生活できるよう、高齢者の皆さまを支える機関です。ここでは、保健師、主任ケアマネジャーなどが中心となって高齢者の皆さまの相談や支援を行います。

■ 居宅介護支援事業所

介護支援専門員（ケアマネジャー）がいる機関で、在宅の要介護・要支援者について介護サービスを利用する上でのケアプランを作成し、サービス事業者との連絡調整などを行っています。

こんな相談があります

親や身近な人のこと

- ・親の物忘れが多くなってきた。
- ・親が悪質な訪問販売の被害に遭い困っている。
- ・介護に疲れてしまい、認知症の親に冷たく当たってしまう。
- ・親が入院しているが、退院後のことが心配。

介護保険のこと

- ・介護保険のサービスを利用したい。
- ・要介護認定の申請をしたい。

健康や生活のこと

- ・運動する機会がなくなり、足が弱くなってきた。
- ・一人で暮らしていて、体調が悪く家事が負担になってきた。
- ・お金の管理が不安になってきた。
- ・交流の機会が減ってしまい、寝てしまうことが多くなった。
- ・帯広の病院まで行くことが大変になってきた。



高齢者・障がい者地域福祉プロジェクト報告会を行いました

高齢者・障がい者の地域福祉プロジェクトの全3回が終了し、その後の報告会を2月25日に行いました。この3回の検討会では、福祉サービスや理想とする住まいなどについて、グループに分かれて課題や今後必要な取り組みなどを検討してきました。

報告会では感想を出し合い、今回のまとめとしました。「最初は現状がわからず戸惑ったが、考えや思いを知ることができて勉強になった」「たくさんの人とのつながりができて良かった」など感想が出されました。今後、この会を通じてできた横のつながりを生かし、理想とする町づくりに向けて、できることから取り組んでいきたいと考えています。

