

保険・年金・税

国民年金任意加入制度

国民年金は、原則20歳から60歳までの40年間納めることで満額（平成22年度は792,100円）の年金額となります。保険料の納付免除期間や、やむを得ない事情により納められなかった期間がある、また国民年金の未加入期間があるなどで満額の年金額を受けることができない方は、本人の申出により、任意で国民年金に加入し、年金額を増額することができます。ただし、厚生年金保険や共済組合に加入中の方は任意加入できません。

加入要件

- ①国内に居住する60歳以上65歳未満の方
- ②老齢基礎年金の繰上げ支給を受けていない方
- ③20歳から60歳までの年金保険料納付月数が480カ月未満の方

この3つの条件を全て満たすことが必要で、納付月数が480カ月に到達するか、65歳になるまで加入できます。

加入できる最大月数の60カ月（60歳から65歳までの5年間）を納付した場合は、約99,000円の増額になります。※海外に住む20歳以上65歳未満の方、60歳未満で既に老齢年金を受給している方も任意加入できます。

特例／昭和40年4月1日以前が誕生日の方で、65歳までに受給要件を満たすことができない方は、特例で70歳まで加入できます。

加入手続き／市役所国民年金係または北見年金事務所で行うことができます。なお、保険料は、原則として口座振替でお支払いください。加入手続きの際は、預貯金通帳・通帳印を持参してください。

問合せ先／保険年金課国民年金係
(内線229)

北見年金事務所 ☎0157-25-9635

国民年金保険料の学生納付特例制度

この制度は所得が無い、または少ない学生が将来の老齢年金や、不慮の事故で障がいが残った場合などの障害基礎年金を受けられなくなることを防止するため、申請により保険料が10年間猶予される制度です。申請は毎年度必要です。承認には所得制限などの基準

がありますので、詳しくはお問い合わせください。

窓口での申請

- ①年金手帳または納付案内書
- ②学生証または在学証明書
- ③印鑑（本人申請の場合不要）
- ④本人以外が申請する場合は来庁者の身分証明書

をご用意の上、住民登録をしている市町村窓口や年金事務所で手続きしてください。

郵送による申請／平成21年度に既に承認を受けており、引き続き同じ学校に在学される方は、日本年金機構から4月上旬に郵送された学生納付特例申請書『ハガキ』に、必要事項を記入の上返送することで、平成22年度の申請を行うことができます。返送はお早めをお願いします。

承認期間の年金／年金の受給資格期間に算入されますが年金額には反映されません。10年以内であれば、古い期間から順に納めることができます(追納)。追納した場合、年金額は通常納めた場合と同様に反映されます。なお、承認後3年度以降に追納する場合は、当時の保険料に加算額が上乘せされます。

問合せ先／北見年金事務所
☎0157-25-9635

5月は、市税・国民健康保険料・後期高齢者医療保険料の徴収強化月間です。

市税および国民健康保険料・後期高齢者医療保険料を納め忘れの方は、市役所出納窓口か市内金融機関で急納めてください。また、文書や電話で何度も催告を受けているにもかかわらずそのまま放置している方は、他の納税者との公平性を確保するため、財産や給与の差し押さえを実施しますので、特別な事情のある方は早めに納税相談を受けてください。

5月は 固定資産税・都市計画税の第1期
及び軽自動車税の納期 です。

納税通知書／納税通知書は今月中旬に各納期分をまとめて送付しますので、汚したり紛失したりしないよう注意し、納期内に納めましょう。

納付場所／市役所出納窓口のほか、次の場所でも取り扱っていますのでご利用ください。

- ①市内各銀行
- ②網走信用金庫
- ③釧路信用組合
- ④ろうきん
- ⑤郵便局（簡易郵便局含む）
- ⑥農協・漁協

夜間窓口の開設

期間／5月24日～31日（26、29、30日を除く）の17時30分～20時

場所／網走市役所2階
税務課納税係窓口
(午後6時以降は庁舎南5条側玄関からお入りください)

問合せ先／税務課納税係
(内線309・337)

講座・お知らせ

野火の発生に注意を

この時季は空気が乾燥し、野山や畑は唐草や枯れ木に覆われているため、火災が起こりやすくなる季節です。タバコのポイ捨てなどの不注意で、大規模な野火火災が発生する可能性がありますので、十分注意してください。

問合せ先／網走消防署警防課予防調査係
(☎43-9417)

緑の基金にご協力を

みなさんから寄せられた善意は、公園や学校、街路の花壇、植樹祭などの緑化活動に有効に活用されています。

募金期間／5月6日～31日

問合せ先／農政課耕地林務係（内線373）

国保特定健診・後期高齢者健診

対象者

市国保加入の40歳以上の方、後期高齢者医療制度の加入者を対象に健診を行います。

検査内容／問診・身体計測・血圧測定・検尿・診察・血液検査

日程・受付時間／6月24日～29日、6時・7時・8時・9時・10時

料金／無料

場所／保健センター

申込期間／5月6日～6月3日

▷国保特定健診は無料で受診できますが、「特定健康診査受診券」が必要になりますので、健診当日に保険証とあわせて持参してください。

▷健診は、保健センターのほか、契約医療機関で受診することもできます。

▷「ミニドック検診」と同じ日程となっていますので、対象者は、がん検診も一緒に受けることができます。

▷65歳以上の方には生活機能評価を行います。

▷定員になり次第締め切ります。

▷健診は1人につき、年1回限りです。毎年同じ時期に受診してください。

▷生活保護を受給している40歳以上の方は、保健センターで国保特定健診と同様の健診を受けることができます。申し込み後に送付する書類を持参してください。

申込・問合先／保健センター

☎43-8450

ヘリカルCT肺がん検診

～22年度 第2回のご案内～

ヘリカルCTは、らせん（ヘリカル）状に高速でエックス線を360度連続回転させ、約15秒息を止めて胸部を撮影します。従来の胸部エックス線撮影では映らなかった小さな病変も見つけることができます。

日時／6月8日

7時半～11時半（30分ごとの受付）

対象者／40歳以上の市民

料金／4,000円

※喀痰検査を実施した場合は、別途1,000円かかります。

▶タバコを吸う方、咳や痰がでる方な

どにお勧めします。

▶ペースメーカーが入っている方は受けられません。

▶各年度に1回、「肺がん検診」「ヘリカルCT検診」のどちらかを選んで受けてください。ヘリカルCT検診を受けた方は、今年度ミニドックの肺がん検診を受けることができません。

※ご希望により、内臓脂肪も一緒に測定できます。（別途1,000円）

定員／50名 ※予約が必要です。

申込期間／5月6日～5月31日まで

定員になり次第締め切ります。

申込・問合先／保健センター

☎43-8450

測ってみませんか！お腹の脂肪

～22年度 第2回のご案内～

さまざまな生活習慣病には、内臓の周りに付着した脂肪（内臓脂肪）が大きく関わっているということが分かってきました。一見太っていないように見えても内臓脂肪の面積が100平方cm以上の方は生活習慣病や脳梗塞などのリスクが高いとされています。

普段見ることのない内臓脂肪・皮下脂肪の状態を実際に図や数値で見ることができます。ぜひこの機会にご自身の内臓脂肪の状態などを把握し、病気の予防に役立ててみませんか。

日時／6月8日 7時半～11時半（30分ごとの受付）

対象者／20歳以上の市民

（現在妊娠の可能性のない方）

内容／腹部のCT撮影

（検査時間は準備を含めて5分程度です。）

※結果は、検査後10～20分でお返しし、保健師より結果の説明をします。

場所／保健センター（CT検診車で行います）

料金／1,000円

※さらに料金が安くなり、受けやすくなっています。

定員／30名（予約が必要です）

申込期間／5月6日～5月31日まで

※定員になり次第締め切りますのでご了承ください。

申込・問合先／保健センター

☎43-8450

各種検診のお知らせ

保健センターから受診券をもらい、医療機関で受診します。（通年実施しています）

骨粗鬆（しょう）症検診

年齢が進むにつれて骨が折れやすくなったり、変形したりするのは、骨粗鬆症が原因と言われています。検診を受けて、自分の骨の健康状態を知り、食生活や運動とともに早めの予防に心掛けましょう。

対象者／40・45・50・55・60・65・70歳の方

検診内容／骨密度測定

料金／国保加入者は無料

国保加入者以外の方は500円

レディース健康診査

女性に多い、貧血や骨粗鬆症などの予防のための健診です。日ごろ、健診を受ける機会のない方にお勧めします。

対象者／20～39歳の女性の方

検診内容／診察・血圧測定・尿検査・血液検査・骨密度測定

料金／国保加入者は無料

国保加入者以外の方は1,000円

歯周疾患検診

壮年以降、歯は急速に失われ、その原因の1位は歯周疾患と言われています。歯周病は痛みもなく気づかないうちに進行しています。歯と歯ぐきの健康を守るため、節目検診で早期発見・早期治療で予防しましょう。

対象者／40・50・60・70歳の方

検診内容／歯周組織検査

料金／国保加入者は無料

国保加入者以外の方は1,000円

※年齢については、すべて今年度中（平成22年4月1日～23年3月31日）に迎える誕生日時点での年齢です。

申込・問合先／保健センター

☎43-8450