

年金だより

免除申請の受け付けが7月から始まります!

保険料が納め忘れの状態、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金を受けられない場合があります。

経済的な理由などで国民年金保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度（50歳未満）」がありますので、住民登録をしている市役所・町村役場の国民年金窓口で手続きをしてください。申請書は、窓口へ備え付けてあります。

令和3年度分（令和3年7月分から令和4年6月分まで）の免除等の受け付けは令和3年7月1日から開始されます。また、申請日から2年1カ月前の月分までさかのぼって免除等の申請をすることができます。

失業などにより保険料を納付することが経済的に困難になったものの、申請を忘れていた期間がある方は、市役所の国民年金窓口または年金事務所へご相談ください。

移動年金相談所

- 7月8日(木) 南さつま市民会館 第1会議室
 - 7月15日(木) 枕崎市市民会館 1階和室
 - 7月29日(木) 指宿市役所 第1会議室
- ※相談時間は各会場、午前10時～午後3時

※年金相談は、完全予約制のため、事前に鹿児島南年金事務所へ予約してください。その際、基礎年金番号を尋ねられますので、年金手帳や年金証書をお手元に準備してください。

【問】 市民生活課 市民係 支所 市民生活係

鹿児島南年金事務所 ☎ 099-251-3111 日本年金機構ホームページ <https://www.nenkin.go.jp/>

シリーズ 介護予防

すてきな地域活動②

▶幅広い年代で楽しく元気に活動♪

～雪丸自治会貯筋運動～

○貯筋運動を立ち上げたきっかけを教えてください

車社会で、なかなか運動をする機会がなく、運動をしたいと思ったことと、地域の交流を図りたいと思ったからです。

○若い年齢で始めて良かったと思うことはどんなことですか？

地域の先輩方から「若い人の方が元気がないよ。年齢は関係ないから、コツコツすることが大事だよ」と声をかけられ、実際に先輩方がとても元気で体力があることに気づきました。若いうちから認知症予防やストレス発散のために「大人の部活動♪」は大事だなと感じています。

○貯筋運動をすることで、変わったと思うことはありますか？

年齢に関係なく、地域の方々と話しやすくなりました。先輩方から漬物の作り方など教わる機会も増えました。先輩方から「いつまでも元気でいたい。雪丸の人にお世話になりながら、この地域でずっと過ごしていきたい」という言葉を聞いた時は、とてもうれしかったです!!



▲幸せ村プロジェクト「やってみよう課」の皆さん

若いうちから介護予防!

一緒に取り組んでみませんか?

貯筋運動・自主グループ立ち上げ相談は、長寿介護課地域包括ケア係 (☎ 0993-56-1111) へお気軽にご相談ください。

南九州市戦没者追悼式

5月19日、南九州市戦没者追悼式が知覧文化会館で行われました。今年度も新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、遺族会代表者など関係者のみの出席で開催しました。市長が式辞を述べ、引き続き知覧町遺族会会長の佐多善徳さんが「追悼のことば」を捧げました。その後、参加者全員が献花を行い、戦争の惨禍を繰り返すことのないよう、恒久平和の誓いを新たにするとともに、新型コロナウイルス感染症拡大の一日でも早い収束を願いました。



▲戦没者のご冥福を祈り式辞を述べる市長

薩南海岸県立自然公園指定記念パネル贈呈式

4月23日、鹿児島県が薩南海岸県立自然公園の指定を記念して製作した記念パネルの贈呈式が行われました。坂元純一環境林務部次長が県を代表して、指定記念パネルを副市長に手渡しました。

県立自然公園の新規指定は、1992年のトカラ列島以来29年ぶり9カ所目で、枕崎市あかくえぼなの赤崩鼻から穎娃町郡に至る海岸線約20キロと海岸線の沖合の海域、大野岳が公園区域になります。



▲県より指定記念パネルをいただきました