

年金だより

国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象です!

日本年金機構から、「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が対象者宛に発送されますので、お手元に届きましたら、大事に保管し、年末調整や確定申告の際に使用してください。送付スケジュールは次のとおりです。

	発送時期	対象者
①	令和3年11月上旬	令和3年1月1日から令和3年9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方
②	令和4年2月上旬	令和3年10月1日から令和3年12月31日までの間に国民年金保険料を納付された方 (①の対象者は除きます)

なお、ご家族(配偶者やお子様など)の負担すべき国民年金保険料を支払っている場合は、ご自身の国民年金保険料に加え、その保険料についても控除が受けられます。【問】ねんきん加入者ダイヤル(ナビダイヤル) 0570-003-004
※050から始まる電話の場合は、(東京)03-6630-2525

移動年金相談所

- 11月11日(木) 南さつま市民会館 第1会議室
- 11月18日(木) 指宿市役所 第1会議室
- 11月25日(木) 枕崎市市民会館 1階和室
- ※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】川 市民生活課 市民係 頼・知 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④

自分たちのために出前講座を活用♪

～手蕨地区公民館にて～

Q1.出前講座を申し込まれた理由(代表:江平 定さんより)

毎回集まって草刈りなどの奉仕作業をしているが、たまには、自分たちのために勉強してみようということになりました。身近な病気で自分では気づかない認知症について勉強しようという声があがり、認知症予防出前講座を申し込みました。

Q2.受講してどうでしたか?

講座の中で「認知症は、誰でもなり得る病気である。しかし早期発見し治療をすることにより進行を遅らせることができる」ということを学びました。分かりやすく、参加者の方がうなずき納得していました。



▲手蕨地区公民館で認知症予防出前講座を開催

※長寿介護課 地域包括ケア係では、各種出前講座を実施しています。

地域で集まる時にご活用ください。(無料)

出前講座メニューは介護予防(運動、栄養、お口の健康など)、認知症、想いをつなぐ講座などです。講座の申し込みは、担当係まで連絡ください。

地域のみならず介護予防!

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、川 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。

地域おこし協力隊退任のあいさつ

～岩崎 泰依 隊員(平成30年10月～令和3年9月)～

武家屋敷周辺の活性化、体験型観光の創出というミッションのもと活動してまいりました。振り返って一番強く感じるのは、公私問わず多くの方にご協力いただいたことです。本当に感謝の気持ちでいっぱいです。退任後は引き続き南九州市に住みながら武家屋敷での和綿の栽培、ものづくりの活動を続けつつ、自分で飲食の仕事をする予定です。最後に3年間本当にありがとうございました。これからもよろしくお願ひします。



▲今回退任された岩崎泰依さん(糸紡ぎの様子)

本別府大久保の晩秋に咲くひまわり

川辺町本別府の大久保自治会では、「晩秋に咲くひまわり」が10月中旬ごろに開花します。大切に育てたひまわり約14万本は11月中旬ごろまで楽しむことができます。

期間中は「フォトコンテスト」を実施します。本別府大久保のひまわりをテーマとした写真を募集しています。

※会場周辺の駐車場は収容台数が少なく、また、公共交通機関の利用もできません。できるだけ乗り合わせてお越しください。



【問】本別府大久保自治会
☎0993-57-3428