

4月4日(火) オープン  
フィットネスセンター



健康な身体づくりを始めてみませんか

人にもおすすめです。

▼利用時間

火く土曜日

午前10時く午後9時

※日曜日および祝日は、午前10時

く午後7時

▼利用料金

・町内の人

1日200円

30日フリーパス3,000円

・町外の人

1日300円

30日フリーパス4,500円

●子育てサロンあゆみも開設

町総合保健福祉センターでは、

乳幼児の子育て中のお母さんの集

いの場「子育てサロンあゆみ」を

開設しています。

子育てに関する情報交換や親同

士のつながりづくりにより、親子で参

加してみませんか。無料で参加で

きますので、ぜひご利用ください。

▼開設日

火く金曜日

▼お問い合わせ先

・俵くまもと健康支援研究所

☎096・349・7712

・町総合保健福祉センター

☎096・235・8711

■4月4日(火) 甲佐町フィットネスセンターをオープン

町総合保健福祉センター内「甲佐町フィットネスセンター」が4月4日(火)にオープンします。同センターでは、ランニングマシンなどの各種トレーニング機器を使ったり、シェイプアップに最適なエアロビクスや身体の引き締め最適なコアトレーニングなどの集団プログラムに参加したり、自分に合った運動に取り組むことができます。

入会費は無料で、トレーニング機器の使い方や効果的に運動するためのポイントなどについて常駐のスタッフがサポートするので、これから運動を始めようと思っ

ている人や健康な身体をつくりたい

町総合保健福祉センター ☎096-235-8711

■国民健康保険被保険者証の交換はお済みですか

平成28年度の国民健康保険被保険者証の有効期限は、3月31日(金)です。

国保被保険者で、まだ平成29年度の被保険者証に交換していない方は、平成28年度被保険者証をお持ちになり、町住民生活課で交換してください。

※世帯に国保被保険者が複数いる場合は、国保被保険者全員の被保険者証をお持ちください。

※やむを得ない理由で別世帯の代理人に被保険者証の受け取りを依頼する場合は、委任状が必要です。代理人は、運転免許証などの本人確認ができるものをお持ちください。

※国民健康保険税の納付が遅れた世帯で別途通知を受け取っていない人は、納付相談をしていただいた上での更新となります。

■資格の異動があった場合は町住民生活課へ届け出ましょう

●就職したときは

就職などでほかの健康保険に加入したり健康保険の被扶養者に認

定されたりした場合は、国保の資格がなくなりますので資格喪失の届け出が必要です。

ほかの健康保険に加入していても、国保の資格喪失の届け出をしなければ、国保税が課税されたままになります。また、ほかの保険の資格があるにもかかわらず国保の被保険者証を使用し医療を受けた場合には、国保が負担した医療費をあとで返していただくこととなります。

▼届出に必要なもの

- ・国民健康保険被保険者証
- ・新しく取得した被保険者証
- ・印かん

●退職したときは

退職や健康保険の任意継続の喪失、健康保険の被扶養者から外れた場合など、ほかの健康保険の資格を喪失した場合は、国保への加入手続きが必要です。

国保税は、資格の取得日から課税されますので、加入の届け出が遅れるとさかのぼって納めなければなりません。

▼届出に必要なもの

- ・健康保険資格喪失証明書または喪失日が確認できるもの
- ・印かん

町住民生活課 ☎096-234-1113(内線106)

## 国民年金

### ■国民年金への加入手続きが必要で

日本国内に住む20歳以上60歳未満の人は、国民年金への加入が法律で義務付けられています。

学生の方でも、20歳になったら国民年金の加入の届出が必要になります。このほか、勤務先を退職した人は、厚生年金から国民年金への変更の手続きが必要です。また、退職した人に扶養されていた配偶者や収入が増加したことで扶養から外れた配偶者も、国民年金への切り替え手続きが必要です。

### ●学生納付特例制度

学生は所得が一般的に少ないため、本人の所得が一定以下の場合、申請により在学中の国民年金保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。

保険料を未納のままにしておくと、老後の受け取りだけでなく、万が一けがや病気などで障害が残ったときに保障が受けられない場合があります。納付ができない人は、学生特例制度の申請をしておきましょう。

承認期間は、4月から翌年3月までで、2年1か月前までさかの

ぼって申請することができます。

ただし、特例を受けた期間は年金を受けるために必要な期間に計算されますが、金額は反映されません。10年以内であればさかのぼって納付できる追納制度がありますので、将来受け取る年金額を増やすために、追納をおすすめします。

### ●特例追納制度

配偶者の年金切り替えの手続きが2年以上遅れた場合、届出により年金を受けるために必要な期間に参入することができます。

平成30年3月31日までの間は、特定保険料を納付（特例追納）することで、年金額を増やせる可能性があります。ただし、すでに年金を受け取っている人は、特例追納をしても、年金額が増えない場合があります。

詳しくは、年金加入者ダイヤルまたは熊本東年金事務所にお問い合わせください。

### ▼お問い合わせ先

- 年金加入者ダイヤル
- 0570・033・004
- 熊本東年金事務所
- 096・367・8144

町住民生活課 ☎ 096-234-1113(内線 104)

## 男女共同参画

### ■甲佐町男女共同参画社会推進懇話会委員を募集します

町では、男女共同参画社会の実現を目指して、幅広い意見などを伺うとともに、施策を推進するために、甲佐町男女共同参画社会推進懇話会を設置しています。

このたび、同懇話会の委員を次のとおり募集します。各団体からの推薦も受け付けますので、希望する人は町総務課までご連絡ください。

- ▼募集人数  
4〜5人程度
- ▼対象者  
町内在住者、町内勤務者
- ▼主な活動内容  
イベントや講演会などへの参加
- ・男女共同参画懇話会（年5〜6

### 男女共同参画社会の実現に向けて活動しませんか



男女共同参画社会懇話会委員を募集しています

回程度開催予定)

### ▼懇話会での活動内容

- ・町広報紙での啓発記事内容の検討
- ・男女共同参画事業の進捗状況の検討について
- ・男女共同参画に関するイベントの企画

### ▼任期

2年

### ▼募集期限

4月28日（金）

### ●カジダン、イクジイも引き続き募集しています

男性の皆さんにも、男女共同参画について考えていただくために、家事や育児などを積極的に行う「家事男（カジダン）」・「イクメン（育児に励む男の人のこと）」・「育爺（イクジイ・孫の育児を手伝うおじいさんのこと）」をご紹介します。

応募の際は、取り組まれていることやご意見などを写真と一緒に町総務課までご提出ください。

### ▼お申し込み・お問い合わせ先

- 町総務課
- 096・234・1140
- (内線223)

町総務課 ☎ 096-234-1140(内線 223)