

平成19年度 年金額と 年金保険料額の お知らせ

国民年金を受給している方の年金額は表1のとおりです。年金の受け取りは、偶数月の年6回です。

年金額 (表1)

年金の種類		平成19年度
老齢基礎年金		792,100円
障害基礎年金	1級	990,100円
	2級	792,100円
遺族基礎年金 (子1人)		1,020,000円
子の加算額	1・2人目	227,900円
	3人目以降	75,900円

◆年金保険料
 ・定額保険料 1万4、100円
 ・付加保険料 1万4、500円 (付加保険料400円分含む)

※割引額は、複利原価法により

(表2)

納付区分	定額保険料		定額+付加保険料	
	1年前納	半年前納	1年前納	半年前納
年額	169,200円		174,000円	
納付額	166,200円	83,910円×2回	170,910円	86,290円×2回
割引額	3,000円	1,380円	3,090円	1,420円

計算します。(表2参照)

※前納する場合、1年分または半年分をまとめて納めれば、割引が受けられます。なお、前納割引を受けるための納付期限は次のとおりです。
 ・1年前納：4月27日(金)まで
 ・半年前納
 (上期) ……4月27日(金)まで
 (下期) ……10月31日(水)まで
 ※この期限を過ぎると前納割引制度が受けられませんので、ご注意ください。

◆年金保険料の納付は口座振替

口座振替を利用すれば、納めに行く手間を省けるばかりか、納め忘れもなく安心です。
 問合せ先
 国民窓口グループ
 ☎52-11111(内線261・262)

国保加入者の皆さんへ 第1期 すいすい健康教室 受講生募集

市国民健康保険では、市民の皆さんに、これからの生活をいきいきと健やかに過ごす知恵を身につけていただけるよう、健康教室を開講します。

この教室は、プールでの全身を使った予防運動や運動室での健康予防体操などを取り入れた教室です。

楽しみながら参加しませんか。
対象者 市内在住の方(国保加入者を優先します)

募集期間 4月22日(月)～13日(金)
募集人数 30人(先着順)

開講日 5月10日から毎週木曜日の連続8回
 ※ただし、5月31日はありません。

ところ コパンスポーツクラブ 高浜(図書館西100m)

受講料 1、000円
 ※納付方法は、別途開講案内で

第1期すいすい健康教室日程

開講日	内容
平成19年5月10日	すいすい健康体操(ストレッチと基礎運動)
17日	すいすい健康水泳(プール)(泳がない水中トレーニング)
24日	腰痛予防水中運動(プール)(腰周り中心水中運動)
平成19年6月7日	肩こり解消体操(上半身中心ストレッチと筋力トレーニング)
14日	膝痛予防のための水中運動(プール)(下半身中心水中運動:アクアウォーキング)
21日	青竹健康体操(ストレッチ体操および青竹踏み)
28日	肥満解消水中運動(プール)(やさしいアクアビクス)
平成19年7月5日	レクリエーション&リラクゼーション

通知します。
 ※受講料納入後にキャンセルしても返金できません。
 ※プールで使用する水泳帽子・水着・タオルは各自で用意してください。

福祉

市障害者扶助料・市遺児手当を振り込みました

平成18年度後期分の市障害者扶助料・市遺児手当を3月30日(金)付で振り込みました。

記帳などで確認し、振り込みがされていない場合は、至急連絡してください。

また、次回分から振込先を変更したい方は、印鑑を持参のうえ、いきいき広場までお越しください。

問合せ先
 いきいき広場内地域福祉グループ
 ☎52-9871

申込方法 直接市役所市民窓口グループへ来庁するか、電話で申し込んでください。
 申込・問合せ先
 国民窓口グループ
 ☎52-11111(内線261・262)