

年金あれこれ

経済的な理由などで、今はどうしても国民年金保険料が納められない…
そんなときは、保険料の「免除制度」があります。

保険料を納めるのが困難なときは、申請して承認されると保険料の納付が免除される「免除制度」があります。保険料が免除される額は下記の4区分となります。

全額納付		(保険月額 14,980円)
全額免除		(納付なし)
4分の3免除	4分の1納付	(保険月額 3,750円)
半額免除	半額納付	(保険月額 7,490円)
4分の1免除	4分の3納付	(保険月額 11,240円)

どの免除に該当するかは、前年所得により基準が定められています。所得基準額の目安(概算)は下記のとおりです。

世帯員数	全額免除	4分の3免除	半額免除	4分の1免除
4人世帯→ 夫婦・子2人 (子は16歳未満)	162万円程度	230万円程度	282万円程度	335万円程度
2人世帯→夫婦	92万円程度	142万円程度	195万円程度	247万円程度
単身世帯	57万円程度	93万円程度	141万円程度	189万円程度

※この額はあくまでも目安であり、世帯状況や各種控除等により基準が異なります。

免除は、被保険者、配偶者及び世帯主それぞれの前年所得が免除の対象となる基準額を下回る場合に承認されます。減額された保険料を納めないまましていると、その期間は「未納期」として扱われ、老齢基礎年金の受給資格を得る期間としても数えられず、老後の年金額にも反映されません。

その他に、退職(失業)による特例免除があります。

失業※1、倒産※1、事業の廃止※1、天災などが原因で所得が無くなったことにより国民年金の保険料が納付出来ないかたは、その事実が確認できる公的機関の証明書※2の写しを添付していただくと、そのかた(本人)の前年度所得は審査対象外となります。

※1 免除を申請する日に属する年度またはその前年度に失業(離職)されたかたが対象です。

※2 「雇用保険受給資格証」「雇用保険被保険者離職票」など

	申請者(本人)の前年度所得	配偶者の前年度所得	世帯主の前年度所得
一般の免除申請	審査対象	審査対象	審査対象
申請者(本人)が失業したことによる特例申請	審査対象外	審査対象	審査対象

※配偶者または世帯主が失業した場合にもそれぞれ所得審査対象外となります。

保険料納付を忘れずに… 納めて安心国民年金

これからの家庭教育 成長にあわせた体力づくりを

いつでも元気に体を動かすことができるのは、体の活動をささえる体力が備わっているからです。体力が高まると、カゼなどの病気にかかりにくくなり、かかっても治りやすくなります。また、肥満や運動不足からおこるいろいろな病気も予防します。さらに、ものごとに取り組むやる気、集中力、ねばり強さ、といった心の働きも高まります。

幼児期(3歳～5歳)

基礎的な動き(歩く、走る、跳ぶ、投げる)やバランス感覚が著しく発達する段階。
→親子のふれあいを深めながら、多様な遊びや身体活動をより多く楽しみましょう。

小学校低学年(1年生～2年生)

さらに複雑な動作を行う能力が向上する段階。身体活動へのかかわりの有無が、その後の運動能力の発達に大きく影響します。
→たくさんほめて、のばしてあげましょう。

小学校中学年(3年生～4年生)

基礎的な動きがより洗練する段階。スポーツに対する興味が芽生え、運動する喜びや意義、集団活動に不可欠な社会性に対しても理解を深められる。
→野外活動など、自然環境を利用した遊びや身体活動を積極的に行うことも効果的です。

小学校高学年(5年生～6年生)

身長が急速に伸びたり、内臓器官や骨、筋肉といった体力や運動能力にかかわる機能が大きく発達する期間。
→この時期にたくさん体を動かすことは、元気で丈夫な心や体をつくるために大変重要です。いろいろなスポーツに挑戦させましょう。

専門的にスポーツを始めるのは中学生からでも遅くはありません。

それまでは、いろいろな遊びを通して、さまざまな動きを覚え、運動やスポーツが上手になるということだけでなく、知性や社会性を育み土台をつくっておくことが大切です。