

## 年金あれこれ

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、まずご相談ください！ 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		(保険料月額 14,660円)
全額免除		(納付なし)
4分の3免除	4分の1納付	(保険料月額 3,670円)
半額免除	半額納付	(保険料月額 7,330円)
4分の1免除	4分の3納付	(保険料月額 11,000円)

どちら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(子の1人は16歳以上23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方は、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、その方(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)された方が対象です。

※2 「雇用保険受給資格証」「雇用保険被保険者離職票」「離職者支援基金の貸付決定通知」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

### ～室内で気軽にできるスポーツ～

これからの季節、外で遊ぶ機会が減り、ついつい運動不足になりがちですが、今月号から屋内でも出来る簡単な軽スポーツ・運動を紹介していきます。

#### ○ボール打ち合い

- 【やり方】・2人で向かい合って立ち、ボールを打ち合います。  
 ・中央で1回バウンドさせて、相手に届くようにします。

#### 【ワンポイント】

- ・年齢や技術にあわせて、最初はノーバウンドから始めてボールになれるようにしてもよいでしょう。
- ・上手にできるようになったら、意識的に左右に打ち分けて、うまく続けられるかチャレンジしてみましよう。



来月以降も、家族・友達と気軽に楽しめる遊びを紹介します。

(もっともっと運動能力がつく魔法の方法〈主婦と生活社〉抜粋) 一和寒町青少年育成町民会議一