

年 金 あ れ こ れ

口座振替が便利でお得です！！

国民年金保険料は、金融機関や郵便局の預金口座から自動的に引き落としとして納めることができます。
口座振替には「前納」「早割」による割引があります。

【前納】

- 一定期間をまとめて振替納付していただくことにより割引される制度です。
- 期間は1年分及び2年分、6ヶ月分（4月～9月分、10月～翌年3月分）を選べます。

【早割】

- 当月保険料を当月末に引落すことにより毎月「50円」割引となります。
- 前納と違い、まとまった保険料を納付してもらう必要がありません。

振替方法	当月振替による早割	納付書 6ヶ月前納	口座振替 6ヶ月前納	納付書 1年前納	口座振替 1年前納	口座振替 2年前納
割引額	毎月50円 年間600円	740円	1,040円	3,250円	3,840円	14,800円

(平成26年度割引額)

【口座振替日】

- 毎月納付（割引無）・・・・・・・・・・ 翌月末日
- 毎月納付（当月末振替による早割）・・ 当月末日
- 6ヶ月前納（4月～9月分）・・・・・・・・ 4月末日
（10月～翌年3月分）・・・・ 10月末日
- 1年前納（4月～翌年3月分）・・・・ 4月末日
- 2年前納（4月～翌々年3月分）・・・・ 4月末日

口座振替で1年分及び2年分、6ヶ月分の保険料を前納すると、納付書（現金）で前納するよりも割引額が高く、大変お得です。

【申し込み先】

口座振替のお申し込みには、基礎年金番号の記入が必要ですので年金手帳または納付書、預（貯）金通帳と届出印をご持参し、年金事務所または金融機関や郵便局でお申し込みください。

※平成27年度国民年金保険料の口座振替による2年前納・1年前納・6ヶ月前納（4月～9月分）を希望の方は、平成27年2月下旬までにお申し込みが必要です。

保険料の納付は、安心・便利な口座振替で・・・

こ れ か ら の 家 庭 教 育

遊びの中で学ぼう “正しい転び方”

「転んで手の骨を折った」「飛び跳ねたら足をひねって骨折した」遊びの中で骨折することはありましたが、小学生の骨折の発生率はこの20年で約1.7倍に増えています。（日本体育・学校センター調査結果より）

ケガは骨折ばかりではありません。転んだときとさきに手を付けずに顔を打つ、ボールをよけずに頭にケガをすることといったことが多く、ケガの発生件数自体も増え続けています。

これらの要因の一つとして本来動きが活発になる幼少児のころに運動を伴う遊びが減っていることがあげられます。いろいろな遊びを経験して、さまざまな動きを習得し、さらに上手になっていくという機会が減少しているのです。いろいろな外遊びの体験不足によりバランス感覚の欠如に加え、自らの身をかばう術を習得する機会がないということが、骨折、顔や頭のケガの大きな要因となっています。

親として「ケガをさせてしまう」と心配してしまうこともしばしばあるとは思いますが、お子さんの成長に合わせ、外で健康的に体を動かすようさまざまな遊びを経験させましょう。



◆ 「『元気アップ親子セミナー』ブックTOUCH!」より
一和寒町青少年育成町民会議一