



町民の皆さんよろしくお願ひします！

地域おこし協力隊に 塚本さんを委嘱

神奈川県から参りました塚本麻里と申します。私は2013年に、農村生活体験実習に参加させていただき、和寒町、そして北海道が大好きになりました。

当時この町でふれた雄大な自然や人の温かさ、農を感じられる暮らしが私のベースとなって、以来、各地で様々な経験を経てこちらに戻って参りました。

これまでは、発酵食の資格を活かした料理教室や、食にまつわる野外映画祭などを主宰して参りましたが、今後は発酵食だけでなく、広く食育や心身の健康に関する活動を行って参りたいと思います。「生きることは食べること」です。

農業を主力とし、食のあふれるこの町には、今の時代に求められる魅力がいっぱいあると感じておりますので、私は今後たくさんの方の事を学ばせていただきつつ、得意分野を活かしながら貢献して参りたいと思います。

これからの3年間で和寒町に根差し、長く暮らしていけるような拠点を築けるよう、たくさんの方と関わっていきたくたいです。よろしくお願ひします。

氏 名

塚本 麻里 (つかもと まり)

生 年 月 日

昭和63年12月31日生 (31歳)

転入前住所

神奈川県海老名市

趣 味

体を動かすこと
(ヨガ、農作業のお手伝い等)
発酵食品を中心とした料理
読書

資 格

自動車免許 (A T 限定)
発酵ライフアドバイザープロフェッショナル

※地域おこし協力隊の任期は1年更新 (最長3年間)

年 金 あ れ こ れ ~令和2年度の国民年金保険料が変わります~

●保険料額が改正されます！

令和2年4月から令和3年3月までの国民年金保険料は、前年度に比べて月130円引き上げになります。



●保険料前納制度の割引額が改正されます！

1年間または6ヶ月間の保険料をまとめて納める《前納制度》は保険料が割引となり大変お得です。納め忘れの防止にもなりますので、ぜひご利用ください。

国民年金保険料 納入額早見表 (現金納付・口座振替比較)

令和2年度	1ヶ月分		6ヶ月分		1年度分	
	保険料額	割引額	保険料額	割引額	保険料額	割引額
毎月納付 (納付書による現金納付および翌月末振替の口座振替)	16,540円	—	99,240円	—	198,480円	—
毎月振替・【早割】(当月末振替の口座振替)	16,490円	50円	98,940円	300円	197,880円	600円
6ヶ月前納 (現金納付)	—	—	98,430円	810円	196,860円	1,620円
6ヶ月前納 (口座振替)	—	—	98,110円	1,130円	196,220円	2,260円
1年前納 (現金納付)	—	—	—	—	194,960円	3,520円
1年前納 (口座振替)	—	—	—	—	194,320円	4,160円

2年前納 (口座振替): 381,960円 毎月納める場合より15,840円の割引

2年前納 (現金): 383,210円 毎月納める場合より14,590円の割引

※一部納付 (一部免除) されている方の口座振替は「毎月納付 (翌月末振替)」のみのご利用となります。

■お問い合わせ: 旭川年金事務所 TEL 0166-27-1611 または 住民課お客さま窓口 TEL 32-2500