

町民課 社会保険になられる方へ

国民健康保険は、健康保険組合や共済組合などの社会保険適用を受けられない方のための保険制度です。もし、これらの社会保険の資格がある場合はそちらの方が優先となります。

現在、国保に加入している方でお勤め（アルバイト、パートなど含む）をしている方や、家族・親族に扶養されている方は、社会保険の適用を受けられる可能性があります。該当されると思われる方は、勤務先若しくは扶養者の所属する社会保険に適用の確認をしてください。

社会保険が適用された場合は、町民課保険・年金担当まで国保資格の喪失手続きにお越しください。届け出がないと、保険に二重加入していることとなり、医療機関などが医療費の請求先を間違えたり、被保険者の方が保険税を二重負担することになります。社会保険に加入後、新しい社会保険の保険証とそれまで加入していた国保の保険証、印鑑をお持ちになり、町民課保険・年金担当まで届け出をお願いします。

川越年金事務所 川越年金事務所 年金相談業務等の時間延長のお知らせ

川越年金事務所では、年金相談窓口の時間延長及び第2土曜日の開庁を行っています。ぜひご利用ください。

- 平日開庁 8時30分～17時15分 19時まで延長 10月2日(月)、10日(火)、16日(月)、23日(月)、30日(月)
第2土曜日開庁 10月14日(土曜日)の受付は9時30分から16時までです。
川越年金事務所 問合せ 049-242-2657

知っていますか? 老齢基礎年金

【該当期間】

- 平成29年8月から、10年(120月)以上の保険料納付期間等があれば老齢基礎年金を受けられるようになります。
①国民年金保険料を納めた期間
②国民年金保険料の免除※や納付猶予、学生納付特例を受けた期間
③第3号被保険者であった期間
④厚生年金、共済年金の加入期間

⑤海外在住期間等のうち任意加入しなかった期間(カラ期間)
①～⑤を合わせて10年以上必要です。

※一部免除の承認期間のうち、残額の保険料を納めない期間が未納期間となります。
【受給開始年齢】 原則として65歳から受けられます。

例外として「繰上げ請求」と「繰下げ請求」の制度があります。
・繰上げ請求とは、希望すれば、60歳からでも減額された年金を受けられる制度です(障害基礎年金の請求ができない、寡婦年金が受け取れないなどの給付制限があります)。

・繰下げ請求とは、希望すれば、66歳以降に遅らせて増額した年金を受けられる制度です(振替加算も繰下げになり、65歳から66歳までの間に、老齢の年金以外(例：遺族厚生年金等)の受給権を得た場合は、繰下げ請求はできません)。

※両制度とも、一度決まった支給率(年金額)は一生涯変わらないので注意が必要です。
【年金額】 20歳から60歳になるまでの40年間(480月)すべての月の保険料を納めると、満額の老齢基礎年金が受給できます。

満額 年額779,300円 (平成29年4月現在)
※付加保険料を納めた人には、老齢基礎年金に次の額が加算されます。

付加年金額(年額) 200円
×付加保険料を納めた月数
【受け取るための手続き先】

- 国民年金の第1号被保険者期間のみの人↓市区町村
上記以外の人(厚生年金の加入期間又は第3号被保険者期間がある人) ↓川越年金事務所
川越年金事務所 問合せ 049-242-2657

地域支援課 スマホで広報が読める「マチイロ」を登録しませんか?

スマートフォンなどで広報嵐山が読めるアプリ「マチイロ」をご存知ですか?

「マチイロ」でできること
「マチイロ」をインストールし、嵐山町を登録すると、「広報嵐山」をスマホで気軽に読むことができます。

ダウンロード方法は町ホームページをご覧ください。
問合せ 地域支援課 政策創生担当 062-2152

地域包括支援センターです シニアの皆さんの総合相談窓口! 問合せ 62-0718

「フレイル」をご存知ですか?

「フレイル」とは、生活する上では支障がないものの、高齢になって心と体の動きが弱くなり、健康への障害や介護が必要になる危険性が高い状態を指します。



～フレイル予防に 専門職のアドバイスを受けてみませんか?～

能と栄養の二つの側面から学んでいただきます。

日程：月曜日(全6回)

平成29年 12月11・18日
平成30年 1月15・29日
2月5・26日

時間：13時30分～15時30分

場所：健康増進センター

送迎：あり

対象： 次の2つの要件を満たす方
①おおむね65歳以上の方
②この教室に参加したことがない方

費用：無料
定員：14名(先着順)

服装・持ち物： 筆記用具・飲み物

申込：11月10日(金)まで
申込先・問合せ： 嵐山町地域包括支援センター(役場 長寿生きがい課内)

歯科衛生士によるブラッシングや口腔体操等の講座、個別相談、管理栄養士による栄養講座を行います。

「リハビリ相談」のご案内

理学療法士によるリハビリ相談を行います。

気になる部分の相談、簡単な運動機能のチェックや身体の動きを確認し、ご自宅で行えるストレッチや体操などをアドバイスします。お気軽にご相談ください。

日程：10月23日(月)

11月28日(火)

時間：13時30分～15時

※1日3名まで(先着順)
30分ごとに受付を行います。

場所：健康増進センター

対象： おおむね65歳以上で次に該当する方
・腰痛や膝の痛み、肩こりなどにお悩みの方
・最近、転びやすくなった方

洋服修理 寸法直し+カケハギ つくろい

紳士服 婦人服 オーダー 革製品 ダンスグッズ ブライダルグッズ カーテン

ウエストジャスターの修理始めました

高齢者のお客様へ お電話頂ければお伺いいたします

洋服の美容室 SHU 東松山店

東松山市箭弓町3-2-4 埼玉りそな銀行 西となり

0493-24-1358

99.9%修理可

「嵐カフェ」掲示板

開催日： 10月17日(火) 11月14日(火) 12月12日(火)
時間：10時～15時
場所：役場 町民ホール
参加費：200円

「嵐カフェ」のお知らせ

体力維持のための体操に取り組みたい方など
申込：実施日の2週間前まで
申込先・問合せ： 嵐山町地域包括支援センター(役場 長寿生きがい課内)

手作りのお弁当やお菓子を持参して



6月の「嵐カフェ」