

公認心理師の子育て相談日のお知らせ

公認心理師の久保木優紀先生、横山美香先生が、町内の保育所・幼稚園を訪問するほか、子育てのこと、子どもの発達のことなどの個別相談に応じます。相談は無料。秘密は厳守します。

予約制となりますので、相談をご希望される方は相談日の2日前まで（休日の場合はその前日まで）に子育て支援課へお申込みください。

開催日・時間・公認心理師

開催日	時間	公認心理師
5月14日 (木)	① 13:10～14:10 ② 14:30～15:30	横山美香先生
6月4日 (木)	① 13:10～14:10 ② 14:30～15:30	横山美香先生

場所

保健センター

申込・問

三春町子育て支援課

☎ 62-0055

FAX 62-3232

「ままカフェみはる」のお知らせ

三春町で出産、子育てをしていくママたちの出会いとふれあいのカフェです。お茶（ノンカフェイン）を飲みながらゆったりとした気持ちで、助産師や保健師に相談をしたり、同じ子育てをしている方とお話ができます。

対象 現在妊娠中の方、産後1年以内のママ

内容 産前・産後の健康相談／乳房ケア、授乳についての相談／赤ちゃんの体重・身長の発育確認／赤ちゃんのことや子育てについての相談／赤ちゃんとのふれあいワンポイント（赤ちゃんとの遊びの紹介）

日時 5月8日(金)午前10時～正午
場所 保健センター1階ホール
持参物 母子手帳、タオル、粉ミルクやおむつ等の赤ちゃんに必要な物

スタッフ 助産師、保育士、栄養士、保健師
参加は無料です。
参加する場合は、5月7日(木)までに子育て支援課へお申込みください。

赤ちゃんの兄弟が一緒の場合は申込み時に名前や年齢等をお伝えください。

申込・問

子育て支援課

☎ 62-0055



年金

国民年金の加入方法

国民年金は誰もが加入する公的年金制度です。

基本的に日本に住む20歳以上60歳未満のすべての方は、国民年金に加入する義務があります。

加入者は、職業などによって次の3つのグループに分かれており、それぞれ加入手続きが異なります。

▼第1号被保険者

20歳以上60歳未満の農業者、自営業者、学生、フリーター、無職の方などです。

加入手続きはご自身で住所の市区役所・町村役場の国民年金担当窓口で行います。

▼第2号被保険者

会社員や公務員などの厚生年金保険に加入されている方です。

加入手続きは、勤務先が行います。

▼第3号被保険者

第2号被保険者に扶養されていて、年収130万円未満の20歳以上60歳未満の配偶者の方です。

加入手続きは、第2号被保険者の勤務先を経由して行います。

会社を退職したときは、第2号被保険者から第1号被保険者への変更の手続きが必要となりますので、お早目にお手続きをお願いいたします。

また、配偶者が65歳になると第3号被保険者だった方は、1号被保険者になる為手続きが必要になります。

問

住民課住民グループ

☎ 62-8126

郡山年金事務所

☎ 024-932-3434

国民年金保険料免除等の申請について

保険料が納め忘れの状態、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金を受けられない場合があります。

経済的な理由等で国民年金保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度（50歳未満）」がありますので、住民登録をしている町役場の国民年金担当窓口で手続きをしてください。申請書は窓口へ備え付けてあります。

令和2年度分（令和2年7月分から平成3年6月分まで）の

免除等の受付は令和2年7月1日から開始されます。

また、申請時点の2年1カ月前までさかのぼって申請することができません。

失業等により保険料を納付することが経済的に困難になったものの、申請を忘れていた期間がある方は、一度、年金事務所または町役場の国民年金窓口へご相談ください。

問 郡山年金事務所

☎ 024-932-3434

住民課住民グループ

☎ 62-8126

年金生活者支援給付金の電話相談窓口が変わりました

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入や所得額が一定基準以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

今までありました「年金生活者支援給付金専用ダイヤル」は終了しました。これからは「ねんきんダイヤル」へお問い合わせください。

問 日本年金機構

『ねんきんダイヤル』

☎ 0570-05-1165

050で始まる電話は

☎ 03-6700-1165