

「笑い与健康」講演会

市では現在、健康増進計画・食育推進計画を策定しています。市民の皆さんの健康増進を目的として、健康の秘訣といわれる「笑い」に注目した講演会を開催します。

▼日時 11月20日(土)午後2時開演

▼場所 「みらい」文化ホール

▼内容 (1)健康増進計画・食育推進計画(案)の概要説明 (2)講演「笑い与健康」
～笑いは健康の良薬～

▼講師 三遊亭楽春さん(落語家・心理カウンセラー)

▼定員 500人(先着順)

▼入場無料 ※要入場券

▼入場券 10月1日(金)から保健センターおよび中央公民館で配付



▼問い合わせ 保健センター ☎5553
10053

市内施設めぐり

▼日時 11月4日(木)午前9時～午後3時30分

▼見学場所 古代蓮会館(田んぼアーツ)、小針クリーンセンター、給食セン

ター「ひまわり」、ものづくり大学、(独)水資源機構利根導水総合事務所、総合福祉会館「やすらぎの里」

▼対象 市内在住の方

▼定員 20人(先着順)

▼申し込み 10月13日(水)～29日(金)に電話で広報広聴課

▼その他 昼食はものづくり大学学食を利用。費用は各自負担。

▼問い合わせ 同課広報広聴担当(内線318)

特定健診を受診してください

国民健康保険に加入している方のうち、今年度65歳から74歳になる方へ、特定健診の受診券を7月に送付しました。受診期間は12月10日(金)までです。医療機関へ予約のうえ、行田市国民健康保険証と受診券を忘れず持参し、受診してください。

特定健診を受診された方の中から抽選で10人の方に、行田商店共通商品券(1万円分)をプレゼントします。

▼対象 期間中に受診を済ませられた方

▼抽選 平成23年3月末(予定)

▼その他 受診した時点で対象となりますので、応募の必要はありません。

▼問い合わせ 保険年金課国保担当(内線271・272・273)

ご存じですか 国民年金保険料の追納制度

国民年金には、経済的な理由などで保険料を納めることが困難な場合、申請により保険料の全額または一部が免除される「申請免除制度」や障害基礎年金を受けている方などが該当する「法定免除制度」があります。また、20歳代の方を対象として保険料の納付が猶予される「若年者納付猶予制度」や学生の方を対象とした「学生納

付特例制度」もあります。これらの保険料免除や納付猶予などを受けた期間については、年金を受け取るために必要な受給資格期間に算入されますが、受け取る年金額は保険料を全額納付した場合より少なくなります。このため、これらの期間は10年以内(例：平成22年10月分は平成32年10月末まで)であれば、後から保険料を納付することができるようになっており、将来、受け取る年金額を増額するためにも、追納することをお勧めします。

【平成22年度中に追納する場合の額】

年度	全額免除 納付猶予 学生納付特例 (月額)	3/4免除 (月額)	半額免除 (月額)	1/4免除 (月額)
平成12年度	15,770円	—	—	—
平成13年度	15,180円	—	—	—
平成14年度	14,590円	—	7,300円	—
平成15年度	14,360円	—	7,180円	—
平成16年度	14,180円	—	7,090円	—
平成17年度	14,220円	—	7,110円	—
平成18年度	14,260円	10,690円	7,130円	3,560円
平成19年度	14,300円	10,720円	7,150円	3,570円
平成20年度	14,410円	10,810円	7,200円	3,600円
平成21年度	14,660円	10,990円	7,330円	3,660円

* 一欄は、多段階免除制度の実施なし

なお、保険料の免除や納付猶予などの承認を受けた年度から起算して、3年度目以降に保険料を追納する場合は、当時の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乗せされます。(今年度は平成20・21年度分の保険料に加算はされません。)

▼問い合わせ 保険年金課国民年金担当(内線270・275) または、熊谷年金事務所 ☎522-5158