



みんなの国民年金

国民年金からの3つの給付

国民年金は老後の経済的な支えとなるだけでなく、もしものときにも給付があります。

老齢基礎年金

●老後のために
国民年金の保険料を原則として25年以上(免除期間などを含む)納めた方が、65歳になったら受けられます。

【21年度年金額(年額)】79万2千100円
この金額は、20歳～60歳まで40年間保険料を納めた場合の満額です。

※年金の受け取りを60歳～64歳

に繰り上げて、減額された年金を受けられます。また、66歳以降に繰り下げて、増額された年金を受けることもできます(70歳以降の増額率は変わりません)。

障害基礎年金

●病気やけがで障害が残ったら

「20歳になる前」「国民年金の加入中」「60歳～64歳の間の病気やけがで、1級・2級の障害が残ったときに受けられます。支給には、国民年金保険料を一定期間以上納めていることが必要です(20歳になる前に初診日がある方は不要)。

【21年度年金額(年額)】1級障害 21万7千900円を計算、第3子以降は1人に付き7万5千900円を計算

遺族基礎年金

●もしものとき
残された家族のために

国民年金に加入中などに夫が亡くなったとき、子どものいる妻または子どもは、子どもが18歳に達する年度まで受けられます。支給には、国民年金保険料を一定期間以上納めていることが必要です。

【21年度年金額(年額)】子どもが1人いる妻:102万円(第2子は22万7千900円を計算、第3子以降は1人に付き7万5千900円を計算)

20歳以上60歳未満のすべての方が国民年金の加入者です

加入者は次の3つ(第1～3号被保険者)に分かれます。
◆第1号被保険者
日本国内に住む20歳以上60歳未満の自営業者や学生の方など
◆第2号被保険者
会社員や公務員などで原則として65歳未満の方(65歳以上70歳未満でも老齢基礎年金の受給権がない)

い場合は第2号被保険者
◆第3号被保険者
20歳以上60歳未満の配偶者
●任意加入被保険者
次のいずれかに該当する方は、希望すれば加入することができます。

国民年金の手続きはお済みですか

◆本人が区の医療保険年金課に届け出をする場合
20歳になったとき
職場の年金(厚生年金や共済組合)に加入していない方は、国民年金(第1号被保険者)に加入します。国民年金加入届(満20歳になる月の前月末に社会保険事務所から送付)をお持ちください。
▼会社などを退職したとき
職場の年金に加入していた方が60歳前に退職し、第1号被保険者に該当したときは、種別変更の手続きを

続きをしてください。年金手帳と退職日が分かるものが必要で、▼被扶養配偶者(第3号被保険者)でなくなったとき
離婚したり、収入が増えたり、配偶者が会社を退職したりして第3号被保険者でなくなったときは、国民年金の第1号被保険者となります。種別変更の手続きには、年金手帳と被扶養者でなくなった日が分かるものが必要です。
第3号被保険者の配偶者(第2号被保険者)が65歳になったとき

◆会社員などの配偶者の場合
▼被扶養配偶者(第3号被保険者)になったとき
結婚したり、収入が減ったりして、第2号被保険者である配偶者に扶養されるようになったときは、社会保険事務所あての第3号被保険者への種別変更の届け出を、配偶者の勤務先に提出してください。

こども・教育

子ども映画会

【日時】10月11日(即午後2時30分)3時30分
【対象】中学生以下の方(同伴者も可)、100名
【上映作品】「アラジンと魔法のランプ」ほか
【費用】無料
【会場・申込み】当日直接、大久保地域センター(大久保2-12-17)へ。先着順。
【問合せ】大久保図書館 ☎(3209)3812へ。

こども・教育

心の東京革命 親子の絆コンサート

【日時】11月14日(即午後1時～3時)
【会場】四谷区民ホール(内藤町87)
【対象】妊娠中の方と家族の方ほか(子どもも可)、42名
【内容】▼第一部:講演「幼児教育の大切さ」(多湖輝・心で東京革命推進協議会特任会長代行、大橋功・学校法人三幸学園教授、▼第二部:ピアノ演奏と話(角聖子・ピアニスト)
【費用】無料
【共催】東京都
【申込み】往復はがきに記載例(2面参照)のほか開催日・人数・年齢・託児希望の有無(希望の方は子どもの氏名と年齢)を記入し、9月30日(即)消印有効)までに心の東京革命推進協議会「親子の絆コンサート」(〒163-8001東京都青少年・治安対策本部内)へ。応募者多数の場合は抽選。
【問合せ】子ども家庭課活動支援係(本庁舎2階) ☎(5227)4261へ。

こども・教育

住宅・まちづくり

【対象】▼中学生以下の子どもを扶養する世帯、▼18歳～28歳の単身世帯
【申込み】所定の申込用紙・封筒で10月15日(即)消印有効)までに住宅課居住支援係(本庁舎7階) ☎(5227)3567へ。
▼郵送していただく。応募者多数の場合は抽選。申込用紙と募集案内は、10月1日(即)～15日(即)に住宅課・区政情報センター(本庁舎2階)・特別出張所、区立中央・四谷・鶴巻図書館で配布(図書館は休館日、そのほかは土・日曜日、祝日を除く)。新宿区ホームページの住宅課のページからも取り出せます。

住宅・まちづくり

民間賃貸住宅家賃助成

【対象】▼中学生以下の子どもを扶養する世帯、▼18歳～28歳の単身世帯
【申込み】所定の申込用紙・封筒で10月15日(即)消印有効)までに住宅課居住支援係(本庁舎7階) ☎(5227)3567へ。
▼郵送していただく。応募者多数の場合は抽選。申込用紙と募集案内は、10月1日(即)～15日(即)に住宅課・区政情報センター(本庁舎2階)・特別出張所、区立中央・四谷・鶴巻図書館で配布(図書館は休館日、そのほかは土・日曜日、祝日を除く)。新宿区ホームページの住宅課のページからも取り出せます。

住宅・まちづくり

催し・講座

【会場】新宿消費生活センター分館(高田馬場4-10-2)
【主催】戸塚地区協議会まちづくり分科会
【申込み】電話で戸塚特別出張所 ☎(3209)8551へ。先着50名。
●津軽三味線
▼日本の秋、心のひびき
【日時】10月6日(即)午後0時10分～0時40分
【出演】はなわちえ
【費用】無料
【会場・申込み】当日直接、四谷区民センター1階プラザ(内藤町87)へ。
【問合せ】四谷地域センター ☎(3351)3314へ。

住宅・まちづくり

お母のサロンコンサート

【日時】10月12日(即)午前9時に新宿コスミックセンター(大久保3-1-2)に集合、雨天実施
【対象】普段歩く習慣がない方
【内容】都立戸山公園箱根山地区(戸山2)のウォーキング(4km)・楽しい歩き方の指導・歩幅の測定
【費用】無料
【持ち物】飲み物・帽子・タオル・雨具。動きやすい服装・運動靴をお持ちください。手には荷物を持たないでください。
【共催】NPO法人新宿区ウォーキング協会、レガス新宿
【申込み】当日直接、集合場所へ。
【問合せ】健康推進課健康事業係(第2分庁舎1階) ☎(5273)3047へ。
※当日は、スポレク合同ウォーキング(8km)も同時に実施します。詳しくはレガス新宿(区生涯学習財団) ☎(3232)5121へ。

住宅・まちづくり

区民センター

【日時】10月15日(即)～16日(即)・11月26日(即)・27日(即)
▼11月26日(即)・27日(即)のクラスは午前9時30分～12時20分、午後クラスは午後1時～3時50分、各各2日
【対象】区内在住・在勤でキーボード・マウスの操作ができる方、各クラス8名。定員に満たない場合は区外の方も参加できます。
【内容】ワードでオリジナルの年賀状と住所録を作成
【費用】4千500円
【会場・申込み】はがきに記載例(2面参照)のほか、日程①～③の別、クラス(午前・午後)の別、第2希望まで記入可、パソコンをお持ちの方はマイク

住宅・まちづくり

エコギャラリー新宿 10月の展示

【期間・内容】展示時間は、お問い合わせください。
●区民ギャラリー
▼9月29日(即)～10月4日(即)：第15回記念月描会(早稲田アート)～水・油彩画展、▼6日(即)～11日(即)：第33回グループレッスン画展、▼12日(即)～14日(即)：第18回華道映月松風流新宿地区いけばな展、▼15日(即)～17日(即)：「エジプト美術紀行」刊行記念・田淵隆三作品展、▼21日(即)～25日(即)：新宿区生涯学習フェスティバル「絵画展」、▼28日(即)～11月1日(即)：新宿区生涯学習フェスティバル「書画展」
▼28日(即)～11月1日(即)：新宿区生涯学習フェスティバル「書画展」
【会場・問合せ】エコギャラリー新宿(西新宿2-11-4) ☎(3348)6277へ。

国民年金保険料の納付が難しいときは

所得が少ないなど、保険料を納めることが困難な場合には、本人が申請し承認されると、保険料の納付が免除または猶予される3種類の制度があります。
①免除(全額免除・一部納付)申請
本人・配偶者・世帯主の前年の所得が一定額以下の場合に、保険料の納付が全額免除または半額納付などの一部納付となります。免除の対象となる所得の目安は、お問い合わせください。
※一部納付は、一部納付額が未納の場合一部免除も無効(未納と同じ扱い)になります。
◎退職(失業)による
退職や失業などにより所得が減少または所得がなくなったか、事業の休止・廃止等で保険料を納められないときは、将来の老齢基礎年金額が減るだけでなく、納め忘れた期間が長いと年金が受けられなくなることもあります。
また、「病气やけがにより障害が残ったとき」「亡くなったとき」「亡くなったとき」には、それぞれ障害基礎年金・遺族基礎年金の制度がありますが、保険料を納めていないと受けられない場合があります。
国民年金保険料の納期限は翌月の末日

納め忘れていませんか？ 国民年金保険料

国民年金保険料を納めていないと、将来の老齢基礎年金額が減るだけでなく、納め忘れた期間が長いと年金が受けられなくなることもあります。
また、「病气やけがにより障害が残ったとき」「亡くなったとき」「亡くなったとき」には、それぞれ障害基礎年金・遺族基礎年金の制度がありますが、保険料を納めていないと受けられない場合があります。
国民年金保険料の納期限は翌月の末日

国民年金に関するお問い合わせは

◆国民年金全般(保険料の納付を含む)・厚生年金：新宿区社会保険事務所(大久保2-12-1)
◆国民年金の資格や国民年金保険料の納付に関すること：国民年金業務課・保険料 ☎(5285)8617
◆老齢基礎年金・厚生年金等の受給や相談に関すること：年金給付課 ☎(5288)8614
◆ねんきん定期便専用ダイヤル ☎0570(05)5555
◆一般の年金相談(ねんきんダイヤル) ☎0570(05)1165
◆社会保険庁年金ホームページ(http://www.sia.go.jp/)
◆国民年金基金 ☎0120(65)4192(フリーダイヤル) ☎(5288)8000
◆保険料の免除・若年者納付猶予・学生納付特例：区医療保険年金課年金係(本庁舎4階) ☎(5273)45062

国民健康保険からのお知らせ

出産育児一時金の支給額を改定

区の国民健康保険に加入している方が出産した場合の出産育児一時金は、10月1日の出産から出産児1人につき42万円になります(改定前38万円)。
また、10月1日の出産から、出産育児一時金を、原則として区が直接医療機関等に支払う「直接支払制度」に変わります。申請手続きは、出産した医療機関等で行ってください。詳しくは、お問い合わせください。

特別納付相談

●保険料の納付が遅れている方は相談を
未納の状態が続くと、次の更新時に、通常より有効期限の短い保険証に切り替わる場合があります。
【日時】▼10月6日(即)～27日(即) (土・日曜日、祝日を除く)
午前9時～午後5時(火曜日は午後7時まで)・▼17日(即)：18日(即)午前9時～午後6時
【会場・問合せ】医療保険年金課納付相談係(本庁舎4階) ☎(5273)3873へ。

高田馬場・西早稲田 まちづくり講座

【日時・内容】▼10月13日(即)：防災まちづくり・現状の問題点と復興模範訓練(佐藤滋・早稲田大学理工学術院教授ほか)・▼11月9日(即)：商店街の将来像とまちづくり(廣江彰・立教大学ビジネスデザイン研究所教授)・いずれも午後6時30分～9時、全2日

中央図書館の催し

【日時】10月6日(即)～12日(即)午前11時～午後6時(12日は5時まで)
【内容】絵本作家クラブ所属作家の絵本原画と絵本の展示、図書館サポーターによる絵本の読み聞かせ、お絵かきコーナー
【日時】10月14日(即)午後2時から
【内容】建築・耐震工法等の展示、建築無料相談ほか
【問合せ】東京都建築士事務所協会 ☎(5339)8288・建築指導課建築企画係(本庁舎8階) ☎(5273)3732へ。

区民センター

【日時】10月14日(即)午後2時から
【内容】調査報告・新型インフルエンザの恐怖(53分)・▼16ミリ発声機・操作講習会修了証
年に1回の検定・登録の機会です。
【日時】11月4日(即)～5日(即)午前10時～午後3時30分
【持ち物】16ミリ発声機・一式と前年度の検定証明書・操作講習会修了証
……(以下共通)……
【費用】無料
【会場・申込み】当日直接、中央図書館(下落合1-9-8)へ。

区民センター

【日時】10月12日(即)午前9時に新宿コスミックセンター(大久保3-1-2)に集合、雨天実施
【対象】普段歩く習慣がない方
【内容】都立戸山公園箱根山地区(戸山2)のウォーキング(4km)・楽しい歩き方の指導・歩幅の測定
【費用】無料
【持ち物】飲み物・帽子・タオル・雨具。動きやすい服装・運動靴をお持ちください。手には荷物を持たないでください。
【共催】NPO法人新宿区ウォーキング協会、レガス新宿
【申込み】当日直接、集合場所へ。
【問合せ】健康推進課健康事業係(第2分庁舎1階) ☎(5273)3047へ。
※当日は、スポレク合同ウォーキング(8km)も同時に実施します。詳しくはレガス新宿(区生涯学習財団) ☎(3232)5121へ。

区民センター

【日時】10月15日(即)～16日(即)・11月26日(即)・27日(即)
▼11月26日(即)・27日(即)のクラスは午前9時30分～12時20分、午後クラスは午後1時～3時50分、各各2日
【対象】区内在住・在勤でキーボード・マウスの操作ができる方、各クラス8名。定員に満たない場合は区外の方も参加できます。
【内容】ワードでオリジナルの年賀状と住所録を作成
【費用】4千500円
【会場・申込み】はがきに記載例(2面参照)のほか、日程①～③の別、クラス(午前・午後)の別、第2希望まで記入可、パソコンをお持ちの方はマイク

区民センター

【日時】10月18日(即)午後2時～4時
【対象】区内在住・在勤の方、各回5名
【費用】1回につき500円
【会場・申込み】電話か往復はがき・ファックス(記載例)(2面参照)のほか希望日(①～④の別)を記入)で、10月2日(即)消印有効)までに同センター(大久保2-12-17) ☎(3209)3961へ。先着順。
●香道
【日時】10月18日(即)午後2時～4時
【対象】区内在住・在勤の方、各回5名
【内容】香の歴史・入門体験「香のきき方」
【費用】千500円
【会場・申込み】事前に費用をお持ちの上、大久保地域センター(大久保2-12-17) ☎(3209)3961へ。先着順。