

# 国民年金金からののお知らせ

**国民年金保険料は社会保険料  
控除の対象になります**

国民年金保険料は、納付した金額が所得税・市民税などの社会保険料控除の対象となります。年末調整または確定申告するときに「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」（はがき）を添付ください。

被保険者本人だけでなく、家族の国民年金保険料を納付した場合もその納付額の全額が納付した方の所得税などの控除対象となります。

**■社会保険料控除証明書が届く時期**

○1～9月までの間に国民年金保険料を納付した方

日本年金機構から、1年間に納付（納付書の期限納付と口座引落は予定分を含む）した国民年金保険料の額を証明したものが、毎年11月上旬に送付されます。

○10～12月までの間に今年初めて国民年金保険料を納付した方

翌年の2月上旬に送付さ

れます。

**■社会保険料控除証明書紛失などの照会先(専用ダイヤル)**

・照会電話番号  
0570-0700-117

・IP電話  
03-6700-1130

※利用期間 11月1日(火)～平成24年3月15日(木)の平日(午前9時～午後5時)

**国民年金よくある質問**

**Q 第3号被保険者とはどのような方たちのことですか？**

A 配偶者が厚生年金保険または共済組合等の加入者で、主として配偶者の収入により生計を維持している20歳以上60歳未満の方です。

厚生年金保険または共済組合等の加入者の被扶養配偶者は、昭和61年4月1日から国民年金の第3号被保険者として、強制加入することになっていきます。

第3号被保険者の国民年金保険料は、配偶者が加入している厚生年金

保険または共済組合等が一括して拠出金という形で負担していますので、個別に保険料を納めなくてもよいことになっていきます。

第3号被保険者に該当した場合、配偶者の勤める会社の事業主または共済組合等から、健康保険等の被扶養者届とともに届け出ることになっていきます。そのため個人で届け出の手続きをする必要はありません。

なお、配偶者が会社などを退職し、厚生年金保険または共済組合等の加入者でなくなった場合には、その被扶養配偶者も第3号被保険者ではなくなります。

また、収入が130万円を超えたときや雇用保険を受給する場合も同様です。このような場合は、市役所で第1号被保険者への種別変更手続きをし、国民年金保険料を個人で納付することになります。

**第3号被保険者届け出もれはありませんか？**



第3号被保険者に該当した届け出は、平成14年3月以前は第3号被保険者に該当する本人が市役所や町役場に届け出をすることになっていました。

次のような場合には、届け出もれが起りやすいので注意しましょう。

○配偶者が公務員から民間企業に転職し、加入する年金制度が変わった(共済組合から厚生年金保険に)。

○配偶者が転職したときに、1日以上無職の期間があった。

○第3号被保険者本人が一時的に会社勤めをして第2号被保険者になり、その後退職した。

※第3号被保険者届け出もれなどの相談は、豊岡年金事務所で行ってください。

**年金相談窓口を時間延長**

年金相談窓口を次のとおり時間延長します。

お越しの際には、年金手帳など基礎年金番号の分かるものと身分証明書を持参ください。

なお、代理者のときは委任状と代理者の身分証明書を準備ください。

●11月12日(土)は  
午前9時30分～午後4時

●11月7日・14日・21日・28日の月曜日は、  
午前8時30分～午後7時

●電話での問合せ  
ねんきんダイヤル  
0570-051165

IP電話・PHS  
03-6700-1165

●年金個人情報サービス  
日本年金機構  
ホームページアドレス  
<http://www.nenkin.go.jp/>

《問合せ》  
▽豊岡年金事務所  
022-10948

▽市民課市民係  
022-9015または各  
総合支所市民福祉課

**豊岡年金事務所  
からのお知らせ**

**ねんきん月間の年金相談**

社会保険労務士会但馬支部と豊岡年金事務所が合同で実施します。

▽日時 11月3日(木・祝)午前10時～午後4時

▽場所 コーポデイズ豊岡店1階(加広町)

# やってみよう！感じてみよう！歩キング！

## ～歩キング体操（後半）～

市では、歩くことによる健康づくりを「歩キング」と名付け、推進しています。歩キングに関連した健康情報や取組みを12回シリーズでお届けしています。

《問合せ》健康増進課 ☎24-1127

「歩キング」普及のためのテーマソング「Let's歩キング」は、歩くムードを高め、聞いたら歩き出したくなるような曲です。

前号に続き、「Let's歩キング」に合わせた体操を紹介します。体操は曲に合わせて①～⑬のパーツに分かれて、楽しく有酸素運動ができます（今回は後半の⑨～⑬の部分）。

※「Let's歩キング」は市ホームページで試聴できます。



⑨汗かこう！汗かこう！草ぬき、窓ふき、風呂掃除



⑩元気いっぱい 動けば ベルトもゆるくなるよ！



⑪汗かこう！汗かこう！野球に、サッカー、バレーボール



⑫コウノトリのように 元気にはばたこうよ



⑬だから、歩キング



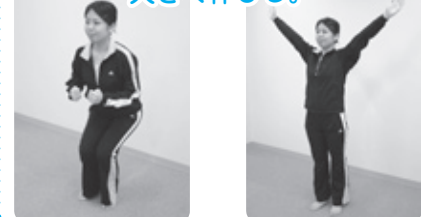
⑭みんなで歩けば 楽しくなって



⑮心も軽く 笑顔に 足を横へ1歩出し、腕は大きく外回し。



⑯さあ 今日から 始めようよ 君も 小さくしゃがんで大きく伸びる。



“歩く”ムードづくりのため、地域や学校、職場などで放送協力いただけるどころ、また各団体・グループで体操実施などの希望があれば、CDも配布しているぞ！



毎週火曜日は 歩キングデー

