

国民年金

令和2年度の保険料額

令和2年度の保険料額は、1か月あたり1万6千5百40円です。日本年金機構から送付される納付書から金融機関・郵便局・コンビニエンスストアで納められます。

保険料の前納割引

一定期間の保険料をまとめて前納すると、割引が受けられます。4月30日までに、1年分をまとめて現金納付(1年前納)した場合、納付額は19万4千9百60円(令和2年4月・令和3年3月分の保険料額が対象)で、毎月納める場合より3千5百20円の割引となります。

※ほかに2年前納、6か月前納、口座振替の早割などの割引があります。詳しくは、お問い合わせください。

学生納付特例制度

学生で保険料の納付が困難なときは、所得などの審査を受け認められると、その期間の保険料を社会人になつてからなど後から納めることができます。退職し、学生になつた方お問い合わせください。

国民年金保険料の追納

経済的な理由で国民年金保険料の免除や納付猶予、学生納付特例を認められた期間のある方が、後から期間分の保険料を納付できる制度があります。納付すると、将来受け取れる年金額を増やせます。詳しくは、お問い合わせください。

小平市・白梅学園大学 連携療育事業

発達が気になる子どものための造形ワークショップ

学生と一緒に、絵を描いたり工作をしたりします。

①火曜造形ワークショップ

とき 5月12日・26日、6月16日、7月7日・21日、9月29日、10月6日・20日、11月24日、12月1日・15日、令和3年1月12日・26日の火曜午後2時40分～4時10分 全13回
対象 市内在住で発達に気になるまたは障がいのある3歳以上の未就学児
定員 10人
※障がい種別、手帳の有無を問いません。
※保護者と離れて行うワークショップ

②土曜造形ワークショップ

とき 5月16日、6月6日・20日、7月4日・18日、9月26日、10月10日・31日、11月7日・28日、12月12日、令和3年1月23日の土曜日 午後2時40分～4時10分 全12回
対象 市内在住で発達に気になるまたは障がいのある小学1年～3年生
定員 10人
※障がい種別、手帳の有無を問いません。
※保護者と離れて行うワークショップ

③おやこでちよこつとアニス

親子でのボール遊びを通して、コミュニケーションや体を動かして楽しみましょう。
とき 5月23日、6月13日・27日、7月11日、9月19日、10月3日、11月21日、12月5日・19日、令和3年1月30日、2月6日の土曜日 午後1時30分～3時 全11回
定員 10人
※障がい種別、手帳の有無を問いません。
※保護者と離れて行うワークショップ

は申請時に離職票や雇用保険資格喪失確認通知書などの添付が必要で、詳しくは、お問い合わせください。

今後の年金受け取り額を増やしたい方に 付加年金制度

付加年金とは、納付する保険料に400円を上乗せすると、将来受け取れる年金額を増やせる制度です。手続きをした月からの加入です。また、産前産後の保険料納付免除期間でも加入できます。

国民年金基金に加入していない

国民年金基金に加入していない方には、本人確認書類(運転免許証、パスポートなど)、年金手帳、委任状(本人の署名・押印があるもの)、代理人の本人確認書類が必要となります。

持ち物

本人確認書類(運転免許証、パスポートなど)、年金手帳、委任状(本人の署名・押印があるもの)、代理人の本人確認書類が必要となります。

問い合わせ

保険年金課 ☎042(346)9531

問合せ 武蔵野年金事務所 ☎0422(56)1411

令和2年度用の風しんクーポン券を発送

昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性で、まだ風しん抗体検査や予防接種を受けていない方へ、全国の指定医療機関で風しん抗体検査と予防接種が無料で受けられるクーポン券を、3月末に発送しました。

令和2年度用の風しんクーポン券を発送

※既に昨年度のクーポン券を利用された方や、転入前の自治体などで受診済みの方は、再度抗体検査を受ける必要はありません。
※昨年度のクーポン券がお手元にある場合も、今回お送りした新しいクーポン券をご利用ください。
※昨年度までに抗体検査を受けていて、十分な量の抗体がないことが判明している方で、予防接種がまだお済みでない方は、クーポン券と検査結果を持参して、予防接種のみ受けてください。

問い合わせ

健康センター ☎042(346)3700

42歳～58歳の男性 医師によるもの忘れ相談会

とき 5月12日(火) 午後1時30分以降の指定する時間
ところ さわやか館和室けやき
対象 市内在住でもの忘れなどの症状があり、認知症が心配される方またはその家族
定員 3人
申込み 4月6日(月)から、地域包括支援センター小平健康成苑へ(先着順) ☎042(451)8813

認知症家族介護講座

認知症の基礎知識や介護ストレスとうまく付き合うための考え方(認知行動療法)について学びます。
とき 5月11日・18日、6月1日・15日・22日、7月13日の月曜日 午前10時30分～午後0時30分 全6回
ところ 健康福祉事務センター2階 第三・第四会議室

介護ストレスをためないことを学ぶ

認知症の基礎知識や介護ストレスとうまく付き合うための考え方(認知行動療法)について学びます。
とき 5月11日・18日、6月1日・15日・22日、7月13日の月曜日 午前10時30分～午後0時30分 全6回
ところ 健康福祉事務センター2階 第三・第四会議室

産後ケア 助産師を募集

家庭訪問先で乳児の沐浴や授乳の指導・介助や相談などを受ける助産師を募集します。
勤務期間 7月1日(水)～令和3年3月31日(水) 2時間程度
※月4日～6日程度。勤務日などは後日調整のうえ決定。
応募資格 助産師の資格を有する方
募集人数 若干名
報酬 1回9千円
申込み 4月24日(金)までに、履歴書(写真を貼ったもの)、助産師免許証の写しを問合せ先へ本人が持参
※応募結果は、5月下旬ごろに応募者全員に通知します。

産後ケア 助産師を募集

家庭訪問先で乳児の沐浴や授乳の指導・介助や相談などを受ける助産師を募集します。
勤務期間 7月1日(水)～令和3年3月31日(水) 2時間程度
※月4日～6日程度。勤務日などは後日調整のうえ決定。
応募資格 助産師の資格を有する方
募集人数 若干名
報酬 1回9千円
申込み 4月24日(金)までに、履歴書(写真を貼ったもの)、助産師免許証の写しを問合せ先へ本人が持参
※応募結果は、5月下旬ごろに応募者全員に通知します。

産後ケア 助産師を募集

家庭訪問先で乳児の沐浴や授乳の指導・介助や相談などを受ける助産師を募集します。
勤務期間 7月1日(水)～令和3年3月31日(水) 2時間程度
※月4日～6日程度。勤務日などは後日調整のうえ決定。
応募資格 助産師の資格を有する方
募集人数 若干名
報酬 1回9千円
申込み 4月24日(金)までに、履歴書(写真を貼ったもの)、助産師免許証の写しを問合せ先へ本人が持参
※応募結果は、5月下旬ごろに応募者全員に通知します。

産後ケア 助産師を募集

家庭訪問先で乳児の沐浴や授乳の指導・介助や相談などを受ける助産師を募集します。
勤務期間 7月1日(水)～令和3年3月31日(水) 2時間程度
※月4日～6日程度。勤務日などは後日調整のうえ決定。
応募資格 助産師の資格を有する方
募集人数 若干名
報酬 1回9千円
申込み 4月24日(金)までに、履歴書(写真を貼ったもの)、助産師免許証の写しを問合せ先へ本人が持参
※応募結果は、5月下旬ごろに応募者全員に通知します。

産後ケア 助産師を募集

家庭訪問先で乳児の沐浴や授乳の指導・介助や相談などを受ける助産師を募集します。
勤務期間 7月1日(水)～令和3年3月31日(水) 2時間程度
※月4日～6日程度。勤務日などは後日調整のうえ決定。
応募資格 助産師の資格を有する方
募集人数 若干名
報酬 1回9千円
申込み 4月24日(金)までに、履歴書(写真を貼ったもの)、助産師免許証の写しを問合せ先へ本人が持参
※応募結果は、5月下旬ごろに応募者全員に通知します。

産後ケア 助産師を募集

通学路の安全確保にご協力を

4月は、小学校で新一年生を迎える時期です。登下校に慣れない子どもたちのために、車や自転車を運転する方は、ご配慮をお願いします。

学校付近の通学路の一部は、スクールゾーンとして車両の交通規制がされています。平日の午前7時30分から8時30分までは自動車の通行が制限されています。スクールゾーン内に居住している方など、警察署交付の通行許可証があれば一部通行が認められる場合があります。詳しくは、小平警察署交通規制係 ☎042(343)0110 へお問い合わせください。

見守りボランティアを募集

市では、児童の登下校時に、見守り活動をするボランティアを募集し

産後ケア 助産師を募集

家庭訪問先で乳児の沐浴や授乳の指導・介助や相談などを受ける助産師を募集します。
勤務期間 7月1日(水)～令和3年3月31日(水) 2時間程度
※月4日～6日程度。勤務日などは後日調整のうえ決定。
応募資格 助産師の資格を有する方
募集人数 若干名
報酬 1回9千円
申込み 4月24日(金)までに、履歴書(写真を貼ったもの)、助産師免許証の写しを問合せ先へ本人が持参
※応募結果は、5月下旬ごろに応募者全員に通知します。

医師によるもの忘れ相談会

とき 5月12日(火) 午後1時30分以降の指定する時間
ところ さわやか館和室けやき
対象 市内在住でもの忘れなどの症状があり、認知症が心配される方またはその家族
定員 3人
申込み 4月6日(月)から、地域包括支援センター小平健康成苑へ(先着順) ☎042(451)8813

認知症家族介護講座

認知症の基礎知識や介護ストレスとうまく付き合うための考え方(認知行動療法)について学びます。
とき 5月11日・18日、6月1日・15日・22日、7月13日の月曜日 午前10時30分～午後0時30分 全6回
ところ 健康福祉事務センター2階 第三・第四会議室

介護ストレスをためないことを学ぶ

認知症の基礎知識や介護ストレスとうまく付き合うための考え方(認知行動療法)について学びます。
とき 5月11日・18日、6月1日・15日・22日、7月13日の月曜日 午前10時30分～午後0時30分 全6回
ところ 健康福祉事務センター2階 第三・第四会議室

休日応急診療・準夜応急診療 (内科・小児科)

| 日 程 | 診療時間 | 名称 | 所在地 | 電話番号 |
|--------|---------------|------------------------------|-----------------------|------------------------|
| 休日応急診療 | 日曜日、祝日、年末年始 | 午前9時～午後5時 | 小平市医師会応急診療所 | 042(346)3706 (左記診療時間内) |
| 準夜応急診療 | 月曜～日曜日 (年中無休) | 午後7時30分～10時30分 (受付は10時15分まで) | 学園東町1-19-12 (健康センター内) | |

※応急診療所の診療科目は内科と小児科です。高校生以下の受診は、保護者の同伴が必要です。健康保険証、各種医療費受給者証を忘れずにお持ちください。

休日歯科応急診療医 (診療時間:午前9時～午後5時)

| 日 程 | 医療機関名 | 所在地 | 電話番号 |
|----------|--------|-----------------------------|--------------|
| 4月5日(日) | 三珠歯科医院 | 花小金井南町1-12-2 コンフォール花小金井106号 | 042(465)8118 |
| 4月12日(日) | 三浦歯科医院 | 小川町2-1346-21 | 042(347)0150 |
| 4月19日(日) | 三木歯科医院 | 上水南町2-4-32 | 042(326)4970 |

※車でお越しの際は、必ずお問い合わせください。また、医療機関は変更になる場合があります。

東京都による救急診療などの相談・案内

| | | |
|---------------------|---|------------------------|
| 東京消防庁救急相談センター | #7119 (携帯電話、PHS、プッシュ回線から) 042(521)2323 (ダイヤル回線から) | 救急車を呼ぶべきか迷った場合の相談・24時間 |
| 小平消防署病院・診療所案内 | 042(341)0119 | 救急医療機関の案内・24時間 |
| 東京都医療機関案内サービス(ひまわり) | 03(5272)0303 | 診療中の医療機関の案内・24時間 |

介護予防リーダー養成講座

地域で介護予防の活動をする介護予防リーダーを募集します。あなたの力を地域のために生かしてみませんか。
とき 5月13日～7月1日の水曜日 午前10時～正午 全8回
ところ 福祉会館第1集会所
対象 市内在住で介護予防の普及

健康福祉事務センターに手話通訳者を配置

市では、情報の伝達に手話が必要な方のために、手話通訳者を配置しています。
とき 第1・第3火曜日、5月12日、11月10日の火曜日 午前9時～午後5時
ところ 健康福祉事務センター1階
問合せ 障がい者支援課 ☎042(346)9540、FAX ☎042(346)9541



啓発に意欲があり、地域でボランティア活動ができる方
定員 20人
内容 介護予防の講話や実技、地域での活動方法ほか
持ち物 筆記用具
※動きやすい服装でお越しください。

健康福祉事務センターに手話通訳者を配置

市では、情報の伝達に手話が必要な方のために、手話通訳者を配置しています。
とき 第1・第3火曜日、5月12日、11月10日の火曜日 午前9時～午後5時
ところ 健康福祉事務センター1階
問合せ 障がい者支援課 ☎042(346)9540、FAX ☎042(346)9541