

「歩き歩け運動」に参加しませんか？

湯浅町国民健康保険主催 湯浅健康づくりクラブ
紀の国わかやま1万人健康リレーウォーク
有田地方地域・職域・学域保健連携推進協議会

協賛

集合日時・場所……11月29日（土）9時～

駆前多目的広場

※駐車場はありません

講師……健康運動指導士
津本クミ子先生

コース……駆前多目的広場→たちばな

支援学校→西広海岸→日東

紡績跡地→駆前多目的

広場 約10km

申込受付……10月6日（月）から

11月21日（金）まで受付

参加費……無料

（小学生以下の方は、必ず保護者同伴でご参加ください。）

※小雨決行、荒天の場合は中止します。
※ウォーキングができる服装・靴でお越しください。

※防寒具、水分補給ができるもの、雨具

（カッパ）等、各自必要と
思うものをお持ちください。

お問い合わせ・お申し込み

住民環境課 国保年金係
(64-11102) まで



届出はお忘れなく

国民年金に加入するときは届出が必要です。特に、お勤め先を退職し、厚生年金（共済組合）の被保険者でなくなったときや、収入増や離婚等のため、配偶者の扶養を外れたときは、届出を忘れてしまいがちです。届出忘れにより、将来の年金受給に必要な納付済期間等が確保できなかったり、万が一の障がいや死亡による障害年金や遺族年金の受給ができなかったりする場合がありますので、届出をしていただきますようお願いします。

なお、引き続き、厚生年金（共済組合）の被保険者や、厚生年金（共済組合）被保険者の配偶者として扶養される場合は、役場への届出は必要ありません。（空白の期間がある場合は、国民年金への加入が必要です）

手続きの際に持ってきていただきたい物

- ・年金手帳
- ・認印
- ・資格喪失日（認定解除日）がわかるもの（脱退証明書・離職票等）

※国民健康保険に同時に加入する場合は、「脱退証明書」等（加入していた保険証の記号番号等・資格喪失（認定解除）日・扶養家族の状況を記載し、事業主または保険者が証明したもの）が必要です。

（参考）国民年金に加入しなければならない場合

国民年金は、20歳から60歳までの、日本に住む全ての人が加入しなければなりません。加入の種類は3つにわけられます。

- 第1号被保険者 …… 自営業・学生・フリーターなど（第2号、第3号以外の人）
- 第2号被保険者 …… 会社員・公務員など（厚生年金（共済組合）の加入者）
- 第3号被保険者 …… 専業主婦（夫）（第2号被保険者に扶養されている配偶者）
- 市町村役場で手続きをするのは、第1号被保険者の方です。ここでいう国民年金に加入しなければならない、とは、第1号被保険者となる（第2号や第3号から変わる）場合のことです。

お問い合わせ先

和歌山西年金事務所 国民年金課 ☎ 073-447-1688
住民環境課 国保年金係 ☎ 64-1102

