

マイプランをしっかりと国民年金
「学生納付特例制度と保険料免除申請」



国民年金保険料
学生納付特例のご案内

20歳以上の方は、学生であっても国民年金に加入しなければなりません。

しかし、学生の方は一般的に所得が少ないため、ご本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。

対象となる方は、学校教育法に規定する大学（大学院）、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校及び各種学校（修業年限1年以上である課程）に在学する学生等で、ご本人の前年所得が次の計算式で計算した金額以下であることが条件です。

学生納付特例の承認期間は4月から翌年3月までとなりますが、承認を受けた次の年度も在学予定である場合、4月始めに再申請の用紙が贈られてきますので、引き続き学生納付特例制度をご希望の場合は、必要事項を記入の上ご返送下さい。

所得の目安
118万円+
(扶養親族等の数×
38万円)

国民年金保険料
学生納付特例申請について

学生納付特例制度により、平成27年度に保険料納付を猶予されている方で、平成28年度も引き続き在学予定の方へ、3月下旬に基礎年金番号等が印字されたハガキ形式の学生納付特例申請書を送付します。

同一の学校に在学されている方は、このハガキに必要な事項を記入し返送いただくことにより、平成28年度の申請ができます。（この場合、在学証明書または学生証の写しの添付は不要です）

なお、平成28年度は学生納付特例制度を利用せず、保険料の納付を希望される場合は納付書を送付いたしますので、お手数ですがお近くの年金事務所に連絡下さい。

国民年金保険料の
免除制度があります

所得が少ないときや失業等により保険料を納めることができない場合には、本人の申請によって、保険料の納付が免除される制度があります。

免除制度の種類

① 免除（全額免除・一部免除）
申請

本人、配偶者、世帯主それぞれの前年所得が一定額以下の場合や、失業等の事由がある場合に、保険料が全額免除または一部免除となります。

② 若年者納付猶予申請

30歳未満の方で本人、配偶者それぞれの前年所得が一定額以下の場合に納付が猶予されます。

③ 学生納付特例申請

学生の方で本人の前年所得が一定額以下の場合に納付が猶予されます。

※付加年金または国民年金基金に加入中の場合、免除等が承認されると脱退となります。

納付・全額免除・一部免除・
納付猶予と未納の違い

	納付	全額免除	一部免除	若年者納付 猶予	未納
老齢・障害・遺族基礎年金の 受給資格期間に	含まれる	含まれる	含まれる (注2)	含まれる	含まれない
老齢基礎年金額の計算に	含まれる	含まれる (注1)	含まれる (注1・2)	含まれない	含まれない

(注1) 保険料を納めた場合と比べ、受け取る年金額は次のとおりです（平成21年4月以降の免除期間）

- ・全額免除の場合：2分の1
- ・半額免除の場合：4分の3
- ・4分の3免除の場合：8分の5
- ・4分の1免除の場合：8分の7

(注2) 一部免除については、減額された保険料を納めないと「未納」と同じ扱いになります。

国民年金保険料
「後納制度」について

過去5年以内に納め忘れた国民年金保険料を納付することで将来の年金額を増やすことができる「後納制度」が平成27年10月から3年間限りの特例として開始されております。

なお、老齢基礎年金を受給している方などは、後納制度の利用はできません。後納制度を利用するには、申込みが必要です。

詳しくは、「国民年金保険料専用ダイヤル」(☎〇五七〇〇一一)〇五〇) またはお近くの年金事務所へお問い合わせください。

国民年金は老後のため
だけではありません。
万一に備えて計画的に
保険料を納めましょう。



納付が困難な場合は
まずはご相談を！

文化施設・スポーツ施設オープン

■ 苫前町郷土資料館

開館期間 5月～10月
開館時間 10:00～17:00
入館料

区分		小・中学生	高校生・一般
個人	町内	50円	100円
	町外	100円	300円
団体		10人以上3割引 (10円未満切捨)	

※小学校就学前児童無料

休館日 月曜日(夏休み期間は無休)
※月曜日が祝日の場合は火曜日が休館日

■ 苫前町野球場

開設期間 5月14日～10月
開設時間 9:00～21:00
夜間照明使用料 20分320円



■ パークゴルフ場(苫前・古丹別)

開設期間 5月～10月
開設時間 6:30～日没
用具貸出 スポーツセンター、苫前町郷土資料館

■ 苫前町B&G海洋センタープール

改修工事のためオープンは7月下旬となります。
詳細は回覧で改めてご案内いたします。

フワフワスマイル

今年もキレイで明るい町を目指して、1000株のお花を植えましょう！
みなさまの参加をお待ちしております。

日時 5月28日(土) 9:00～10:30
場所 古丹別：苫前町公民館 苫前：苫前三角点スキー場
内容 古丹別：公民館・古丹別西2条線への花植え
苫前：苫前三角点スキー場、郷土資料館付近の花植え
※参加を希望される方は、5月26日(木)までに苫前町公民館へお申込みください。



チャレンジデー2016 平成28年5月25日(水)開催 VS 岡山県新庄村

午前0時から午後9時の間に、15分以上の運動をした住民の参加率を競うチャレンジデー。今年の特対戦相手は岡山県の西北端に位置する新庄村です。皆さまの積極的な参加をお待ちしております。

参加対象 苫前町民、苫前に勤務先がある方、観光客なども対象となります
実施方法 苫前町内で15分以上継続して運動する
スポーツ、ウォーキング、体操などご自分の体力にあわせた活動でかまいません
報告方法 お電話での報告は苫前町公民館(65-4076)へ
FAXでの報告は苫前町公民館(65-3220)へ
その他、各所に報告BOXを設置しています。詳しくは回覧でお知らせします。



「苫前町公民館図書室」臨時閉館のお知らせ

蔵書点検作業実施に伴い、公民館図書室を二日間臨時閉館します。

臨時閉館日：平成28年5月31日(火)・6月1日(水)
※蔵書点検作業実施後、貸出図書に延滞者には個別通知いたしますので、この機会に返却漏れがないかご確認下さい。



～あなたの学びを応援します～

苫前町公民館

電話 65-4076・FAX 65-3220
Email shakaikyoiku@town.tomamae.lg.jp

「肝炎とエキノコックス症」

今月の担当は宮崎保健師です

肝炎やエキノコックス症は、皆さんの肝臓をむしばむ代表的な二つの病気です。健康のためにも、正しい知識を持つておきましょう。

● がんと肝炎ウイルス

現在、がんによる死因で3番目に多いのが肝がんです。肝がんになる原因の約80%はB型・C型肝炎が占め、その中でもC型肝炎の占める割合が多くなっています。

このように、原因がはっきりしている肝がんは、予防の可能ながんの一つといわれています。

● ウイルス性肝炎について

肝炎には、アルコールを原因とするもの、薬によるものなどがあります。ほとんどは肝炎ウイルスによるものです。肝炎ウイルスは、すでにウイルスに感染している人の血液、または体液を介して感染します。

肝臓は自覚症状のないまま病気が進行するため、早期に肝炎ウイルス感染の有無を調べるのが大切です。

● 肝炎ウイルス検査を受けまし

● ようい!

ウイルスに感染しているかどうかは、簡単な血液検査で調べることが出来ます。しかし、一般的な健康診断では検査項目に入っておらず、感染の有無が分からないことが多いのが現状です。

検査を受けることで、自身の健康だけではなく、大切な家族や周りの方への感染を事前に防ぐことにもつながります。何も症状がなくても、**一生に一度は**検査を受けましょう。

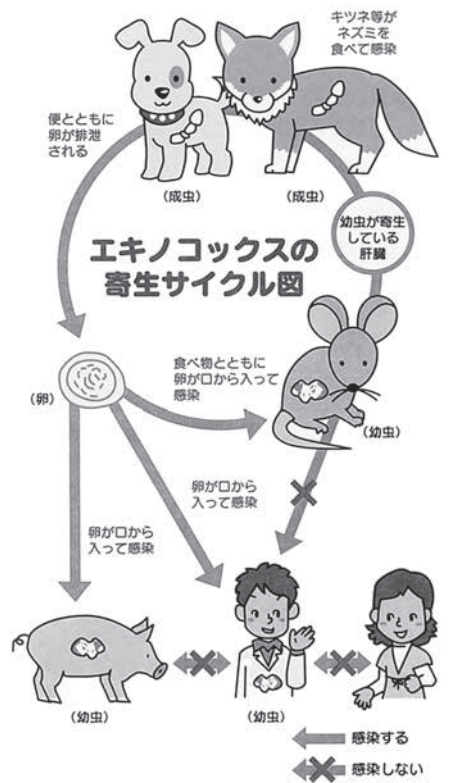
検査の結果、感染が分かった場合にも、必要な定期検査や適切な治療を受けることで、肝硬変や肝がんを発症することを防ぐことができます。

● エキノコックス症について

エキノコックスという名前の寄生虫が主に肝臓に寄生して起こる病気です。

無症状のまま見つかる人もいますが、数年から十数年の潜伏期間を経て、さまざまな症状(上腹部の不快感、膨満感、疲れやすさ、黄疸など)が現れることがあります。放っておくと転移したり、命にかかわることもあります。

● 感染の経路は?



人から人、野ネズミから人へ感染することはありません。

● 感染予防のために

エキノコックスが体内に入った直後には、検査をしても感染が分かりません。まずは予防として、次のことを心がけましょう。

- ・ 外から帰ったら必ず手洗い
- ・ キツネに触ったり餌付けしない
- ・ 飼い犬を放し飼いにしたり、野原や公園で放さない、散歩中に拾い食いをさせない
- ・ 山菜や野の果実等は十分に加熱もしくは良く水洗いしてから食べる
- ・ 沢水等の生の水は飲まないようにする

● 検診のご案内

肝炎ウイルス検査、エキノコ

● 対象となる方

ツクス症検診は、**対象となる方**が無料で受診できる検診です。自身の現状を知るために、この機会をぜひ活用してみてください。

また、エキノコックス症検診は、5年に1度対象地区を巡回していますが、今年度から対象地区が変更となりました。ご確認をお願いします。

- ① 日程 6月25日～27日
11月26日～27日
- ② 会場 公民館・福祉センター
- ③ 検査方法 血液検査

● 「肝炎ウイルス検診対象者」

- ・ 満40歳になる方(生年月日が昭和51年4月1日～昭和52年3月31日まで)
- ・ 満41歳以上となる方で過去に肝炎ウイルス検診に相当する検査を受けたことのない方

保健事業のおしらせ

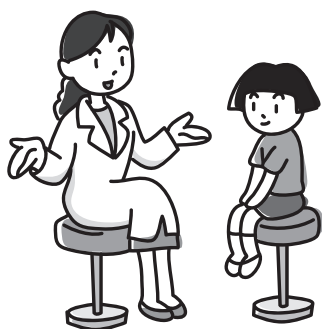
○ 巡回児童相談 (旭川児童相談所による)

- △ 日程 7月27日～28日
12月13日～14日

△ 会場

公民館・福祉センター
ご利用を希望される方は、開催日の1ヶ月前までに役場保健福祉課けんこう係保健師(六四―二二五)へご連絡をお願いします。

「エキノコックス症検診対象者」
苦前・上平・三豊・港・栄
浜・旭(27年度受診者を除く)
地区にお住まいの小学3年生以上の町民の方
なお、詳細については後日回覧等でお知らせしますので、あわせてご覧ください。



みんなで築く

すこやかライフ

豊かな老後

つくろう健康 幸せの未来づくり

後期高齢者医療ガイド

後期高齢者医療制度のお知らせについて
～保険料率の見直しについて～

保険料率が変わりました

被保険者の皆さまにお支払いいただく保険料は、2年ごとに定める保険料率をもとに決めることになっていきます。平成28・29年度の新しい保険料率は、次のとおりです。

● 均 等 割 (被保険者が等しく負担)	平成26・27年度 (年間) 51,472円	➡	平成28・29年度 (年間) 49,809円 (1,663円) 減
● 所 得 割 (被保険者の所得に応じて負担)	平成26・27年度 10,52%	➡	平成28・29年度 10,51% (0,01ポイント) 減
● 賦 課 限 度 額 (1年間の保険料の上限額)	平成26・27年度 57万円	➡	平成28・29年度 57万円 (変更なし)

●年度の途中で加入したときは、加入した月からの月割で計算します。

保険料率の減額について

次の①～③に当てはまる被保険者の方は、保険料が軽減されます。

① 均等割の軽減

世帯の所得に応じて、4段階の軽減があります。太枠の部分に変更があります。

所得が次の金額以下の世帯	軽減割合
33万円かつ被保険者全員が所得0円 (年金収入のみの場合、受給額80万円以下)	9割削減
33万円	8.5割減
33万円 + (26万5千円 × 世帯の被保険者数) 平成27年度まで: 33万円 + (26万円 × 世帯の被保険者数)	5割削減
33万円 + (48万円 × 世帯の被保険者数) 平成27年度まで: 33万円 + (47万円 × 世帯の被保険者数)	2割削減

② 所得割の軽減

被保険者個人の所得で判定します。

所得が次の金額以下の方	軽減割合
所得から33万円を引いた額が58万円以下の方	5割削減

③ 被用者保険の被扶養者だった方の軽減

この制度に加入したときに被用者保険（主にサラリーマンの方が加入している保険）の被扶養者だった方は、所得割はかからず、均等割が9割軽減になります。

軽減判定基準は？

- 軽減は、被保険者と世帯主の所得の合計で判定します。
- 被保険者ではない世帯主の所得も判定の対象となります。
- 昭和26年1月1日以前に生まれた方の公的年金等に係る所得については、さらに15万円を引いた額で判定します。

平成28年度の保険料額は、7月に個別にお知らせします。

お問い合わせ先

●北海道後期高齢者医療広域連合

〒060-0062
札幌市中央区南2条西14丁目 国保会館6階
電話 011-290-5601

●お住まいの市区町村

苫前町役場 税務町民課 税務係
電話 0164 (64) 2213

日本赤十字社苫前町分区 平成28年熊本地震災害義援金受付中

日本赤十字社苫前町分区では、九州地方で平成28年4月14日から発生している地震により被災された方々を支援するために、「平成28年熊本地震災害義援金」を受付しております。

義援金は、手数料等をいただくことなく、全額熊本県および大分県の被災された方々に配分されます。

募集期間 平成28年6月30日（木）まで

受付方法

- 窓口に現金を持参される場合

受付場所 苫前町役場税務町民課窓口（住民係窓口）または古丹別支所
受領証を発行します。

- 郵便振替による場合

口座記号番号 00130-4-265072

口座加入者名 日赤平成28年熊本地震災害義援金

郵便局窓口で振込みされる場合は、手数料は免除されます。

窓口で受取しました半券は受領証に替えることができます。

受領証は確定申告（住民税申告）において寄附金控除*を受ける際の証明となります。

※日赤で受付しました義援金は「ふるさと納税」と同様の寄附金控除を受けることができます（申告が必要です）。

日本赤十字社は平成28年熊本地震において、避難所へ毛布等の災害物資の配布や救護などの活動が行われております。これらは、活動への御理解をいただき皆さまからいただいた活動資金（社資・寄附金）が活用されております。

お問合せ

日本赤十字社苫前町分区（事務局・税務町民課内）

電話0164-64-2213

管理栄養士からのお知らせ

健康的な ダイエットの ポイント

さまざまなダイエット方法を耳にするとと思いますが、ダイエット情報の中には効果がないものや健康を害する恐れのあるものもあります。健康的に減量するために優先したいポイントを紹介します。



①食事はしっかり食べて間食を減らす

間食に食べがちな菓子類や菓子パン、ジュース類はカロリーが高く栄養素が少ないので控えましょう。



②夜に食べる割合を減らす

夜に食べたものは脂肪になりやすく、22時～深夜2時に最も太りやすくなります。夕食後の間食をやめる、夕食を減らして朝と昼にしっかり食べる等、夜に重点を置かないようにしましょう。

③脂質を控える

食べものを制限する時は脂肪になりやすくカロリーの高い脂質を減らしましょう。

④野菜から食べる

食事の最初はカロリーの低い野菜から食べて食欲を落ち着かせましょう。噛みごたえのある食材であれば満足感を得られます。

新規銃猟免許取得費・新規銃猟免許取得者銃器等購入費補助のお知らせ

農林有害鳥獣被害を防止するため、農林有害鳥獣駆除に必要な銃猟免許の新規取得者の取得に係る経費と、新規銃猟免許取得者が農林有害鳥獣駆除に必要な銃器及び保管庫等の購入費の一部を補助する制度を新たに設けました。

■助成対象（以下の要件をすべて満たすこと）

- ・銃砲所持許可を取得し、狩猟免許における第1種銃猟免許及びわな猟免許を新規に取得した者
- ・北海道猟友会羽幌支部苫前部会員で構成する苫前町猟友会に所属した者で、苫前町が実施する農林有害鳥獣等駆除業務に協力できる者
- ・苫前町町税の滞納者に対する特別措置に関する条例第2条第1項第1号に規定する町税滞納者でない者

■新規銃猟免許取得費補助金額

○銃砲刀剣類所持許可所得関係	71,600円
○狩猟免許取得関係	25,500円
合 計	97,100円

■交付申請

- ・交付申請書の提出（銃砲所持許可並びに狩猟免許の第1種銃猟免許、わな猟免許の写しを添付）

※補助要綱の違反や、町が実施の農林有害鳥獣等駆除業務へ活動がないなどの場合は、補助金返還を求められることがあります。

■銃器等購入費補助金額

- ・補助率は対象経費の2分の1以内で、補助金の上限を10万円（対象：猟銃（散弾銃）、替え銃身、スコープ、銃ケース及び保管ロッカー）

■交付申請

- ・交付申請書の提出（購入の銃器等の領収書、町猟友会所属を証明の書類、銃砲所持許可の写し及び狩猟免許の第1種銃猟免許の写し、警察署の猟銃所持検査への合格が証明できる書類を添付）

問い合わせ先 役場農林水産課農林係（☎64-2314）



春の火災予防運動 ～防火パレード・車両パレードを実施～

4月20日から30日までの春の火災予防運動期間中に、苫前・古丹別両地区にて防火パレードと車両啓発パレードが行われた。

20日（水）に、苫前市街地で車両啓発パレードを実施、消防車両3台及び危険物安全協会苫前地区会員8事業所が参加、火災予防を啓蒙した。

21日（木）の古丹別市街地の防火パレードでは、幼年消防クラブ古丹別保育所の園児、農協女性防火クラブ員、シルバー防火クラブ員、危険物安全協会古丹別地区会員が参加し、防火啓蒙品配布などを通じて町民一人一人に「火の用心」を訴えた。

全道統一防火標語

無防備な 心に火災が かくれんぼ



防火パレード(古丹別地区)



車両啓発パレード(苫前地区)

火事・救急は119番！

北留萌消防組合苫前支署 TEL64-2321 / 古丹別支署 TEL65-4119

特設人権心配ごと相談所が開設されます

6月1日は人権擁護委員の日です。人権擁護委員は、いつでも地域住民からの相談に応じています。人権相談は、離婚相談などの家庭内の問題や借地借家の問題、隣近所のもめ事など、幅広い内容を受け付けており、相談は無料、相談内容等の秘密は厳守されることとなっています。

気軽に相談できる場所として法務局に人権相談所が常時開設されていますが、本町でも特設人権心配ごと相談所を下記により開設します。相談の受付は、法務大臣が委嘱した人権擁護委員の「竹橋広顕さん」と「伊藤敏男さん」が対応しますので、お気軽にご相談下さい。(事前受付は不要ですので、会場にお越し下さい)

- 日 時 6月1日(水) 苫前地区：福祉センター1階和室 竹橋委員対応 午前10時～午後0時
古丹別地区：苫前町公民館茶室 伊藤委員対応 午後1時～午後3時

相談についての問い合わせ：旭川地方法務局留萌支局 (☎0164-42-0492)



自動車税の納期限は5月31日(火)です 忘れずに納期限までに納めましょう

- ・自動車税は4月1日現在で運輸支局に登録されている所有者(所有権留保付自動車の場合は使用者)に課税される税金です。
- ・自動車税納税通知書は5月9日に発送しました。通知書が届かない方は札幌道税事務所自動車税部(電話011-746-1190)までご連絡ください。
- ・自動車税納税通知書は金融機関や郵便局のほか、指定のコンビニエンスストアでも納めることができます。

問い合わせ先：留萌振興局税務課 (0164) 42-8418

JA北海道厚生連 苫前厚生クリニックよりお知らせ

皮膚科 外来日は

5月：終了しました

6月：6月2日(木)、16日(木)、30日(木)

大変混み合いますので、なるべく事前の電話予約をお願いいたします。

不明な点がありましたら電話でお気軽におたずね下さい。

受付
13時～16時45分

管理栄養士による

「今日からあらためる食事療法・なんでも相談」

内科の予約診療です

月2回、栄養士が対応します。
医師の診察があります。

5月：終了しました

6月：6月17日(金)

午前・午後とも予約制です。

ご希望の方は電話でお気軽におたずね下さい。



JA北海道厚生連 苫前厚生クリニック (TEL 65-3535)

苫前町の交通事故情報

平成28年4月の事故状況

発生件数 0件 死者数 0人 負傷者数 0人

平成28年4月末までの累計

発生件数 2件 死者数 0人 負傷者数 5人

交通事故死ゼロ日数は
4月30日現在で889日

風力発電の売電状況

(町営風来望3基分)

28年度の実績 11,656,492円
(H28.3～H28.4)

平成28年4月分の実績
供給電力量 302,870kWh
5,872,649円
(昨年実績 6,459,390円)

5月 町税の納期

今月は、

固定資産税

の納付月です。

納期内納入にご協力願います。



謹んでお悔やみ申し上げます
清水 稔 50歳 4月13日 九重

ご成長をお祈り申し上げます
川村 航生(長男) 彰/美穂 4/18 苫前

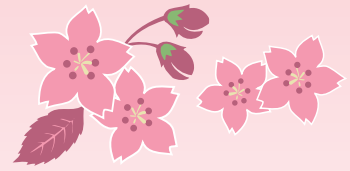
戸籍の小箱

港町内会へ
○室蘭市 西田 勲 様
九重町内会へ
○九重小 林 博 幸 様
○九重 松 原 義 孝 様
○九重 白葉会へ
○九重 松 原 義 孝 様
○九重 松 原 義 孝 様

ご厚志に感謝します



入学ギャラリー



苫前保育園



古丹別保育所



苫前小学校



古丹別小学校



苫前中学校



古丹別中学校



苫前商業高等学校

入学おめでとう



四月一日付けの人事異動により広報を担当することになりました。

広報と聞いたとき一番不安だったのが「写真撮影」と「取材メモ」でした。新聞やニュースなどでは要点をきいつまんでわかりやすく説明してくれますが、果たして生の声を聞くなり要点をまとめて記事として相手に伝えることができるのかな？と頭をよぎりました。私にはまだ小さな子供が一人いますが、デジタルで保育所や学校行事などで撮る写真でしかありません。

広報で使用するカメラは、ずつしりとして重くいろいろな機能がたくさんあります。イソ（ISO）って何だ？明るさを調整する機能って何だ？そんな調子ですから取材で写真を撮るにもとかく数を撮ります。なので様々な場面で多くの写真を撮られた方はご容赦ください。

こんな毎日ですがようやく5月号が完成しました。これからは少しでも読みやすく思えるような記事づくりを目指して頑張りますので、取材で訪れた際には気兼ねなく声をかけていただきご助言をいただければと思います。

よろしく願っています。

(P)

編集雑誌記帳