

### ★年金の「未納」「未加入」「免除」期間がある60歳以上の方へ

国民年金には、本人の申し出により「60歳以上65歳未満」の5年間、国民年金保険料を納めることで、65歳から受取る老齢基礎年金を増やすことができる『任意加入制度』があります。

☆任意加入できるのは次の①～④のすべての条件を満たす方です。

- ①日本国内に住所を有する60歳以上65歳未満の方
- ②老齢基礎年金の繰上げ支給を受けていない方
- ③20歳以上60歳未満までの保険料の納付月数が480月(40年)未満の方
  - ・年金の受給資格期間を満たしていない65歳以上70歳未満の方も加入できます。
  - ・外国に居住する日本人で、20歳以上65歳未満の方も加入できます。
- ④厚生年金保険に加入していない方

※加入期間における保険料の納付方法は、原則「口座振替」となります。

任意加入は申出日が加入日となり、日付を遡って加入することはできませんのでご注意ください。

手続きは保険課(6番窓口)でできます。年金手帳、通帳、金融機関の届出印をご用意ください。

〔問い合わせ先〕市保険課 ☎ 31-0216

#### 《浜田年金事務所 出張年金相談》

- ・相談日 6月8日(火)・22日(火)  
毎月第2・4火曜日
- ・相談場所 市立市民学習センター 104 研修室
- ・相談時間 10:00～15:30

☆要予約 相談日の1カ月前から受付

※なお、定員に達した時点で受付は終了します。予約の際は、お手元に基礎年金番号の分かるものをご用意ください。

#### 《浜田年金事務所 手話による年金相談》

- ・相談日 6月24日(木) 毎月第4木曜日

・相談場所 浜田年金事務所

・相談時間 13:00～16:00

☆要予約 6月16日(水)までに予約

・予約方法 電話またはFAX ※代理可

(記載事項:住所、氏名、FAX番号、相談内容、相談希望時間)



〔年金相談の予約・問い合わせ先〕浜田年金事務所 ☎ 0855-22-0670 ㊚ 0855-23-0442

※年金相談には、ご夫婦双方の年金手帳、年金証書、マイナンバー(個人番号)がわかるもの、本人確認ができる身分証明書などをお持ちください。代理の方の場合には、委任状と、代理の方の本人確認ができる身分証明書(運転免許証等)が必要です。(手続きによっては、金融機関への届出印や、実印が必要な場合があります)

※浜田年金事務所でも相談される場合も、電話で予約しておくともスムーズに相談できます。

## 6月は食育月間です!

「食育」とは、“「食」に関する知識と選択する力を学び、健全な食生活を実践することができる人を育てること”です。毎年6月を食育月間、毎月19日を食育の日と定め、食育に関する取組をすすめています。

益田高校の生徒が、SSH(スーパーサイエンスハイスクール)の授業の中で、益田市のホストタウン相手国であるアイルランドの料理に美都ゆずを使ったレシピを考案しました。

クックパッドの益田市公式キッチンでもアイルランド料理を紹介していきます。アイルランドの食文化をぜひ身近に感じてください。



益田市食育推進キャラクター まるピー

★クックパッド 益田市公式キッチン

<https://cookpad.com/kitchen/33790608> ▶▶▶



〔問い合わせ先〕市子ども家庭支援課 ☎ 31-1381