

国民年金

令和元年度の国民年金保険料は
月額 16,410円です

納付期限を守りましょう

保険料は、日本年金機構から送られる納付書により、金融機関・郵便局・コンビニで納めることができます。また、クレジットカードによる納付やインターネット等を利用しての納付のほか、便利でお得な口座振替もあります。

国民年金保険料を未納のまま放置すると、督促状が送付されます。さらに、督促状で指定された期限までに納付がない場合、延滞金を課すだけでなく、納付義務者※の財産を差し押さえることもありますので、早めの納付をお願いします。

また、保険料を納め忘れていた状態で、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられなくなる場合があります。

※納付義務者とは、被保険者本人、連帯して納付する義務を負う配偶者および世帯主のことです。

保険料免除制度があります

経済的な理由等で保険料の納付が困難な場合には、**全額免除**または**一部免除**することができる**保険料免除制度**があります。

令和元年度の免除等の申請は、7月1日から受け付けを開始します(対象期間は令和元年7月分から令和2年6月分まで)。

申請は市民保険課および香北支所・物部支所で受け付けています。

また、申請月の2年1カ月前の月分までさかのぼって免除申請をすることができます。経済的な理由で保険料を納付することが困難になっていたものの、申請を忘れていたために未納期間が残っているなど、該当する可能性のある方は、市民保険課または南国年金事務所へご相談ください。

【問い合わせ先】
南国年金事務所 ☎088-864-1111
市民保険課国民年金係 ☎53-3115

熱中症の予防と対策を!

気温が高く、熱中症に注意が必要な時期です。予防と対策を心掛けましょう。

①暑さを避ける
日陰を歩き、日傘や帽子を利用しましょう。クーラーなども適度に利用しましょう(設定の目安は28度)。
②水分とミネラルの補給をする
喉がかわいたと感じる前に水分補給をしましょう。

その他

③急に暑くなる日に注意する
天気予報の高温注意情報や暑さ指数に注意しましょう。
④体調にあわせて行動する
体調が悪いときは外出や運動は控えましょう。体に異常を感じたら、まずは涼しい場所で休み、水分や塩分を補給しましょう。良くならなければ、病院を受診しましょう。

アルコール飲料では尿の量が増え、水分補給になりません。就寝前の水分補給も大切です。

【問い合わせ先】
健康介護支援課
☎52・9282

都市計画マスタープラン 地域別まちづくりワークショップ開催

香美市では、概ね20年後の都市施設整備や土地利用の方針を決める都市計画マスタープランの改定を行っています。今回、小学校区を基に5つの地域ごとにワークショップを開催し、皆さんと一緒に計画をつくりあげたいと考えています。地域に在住または在勤・在学の方はもちろん、その地域に対して興味、関心がある方も歓迎しますのでぜひご参加ください。

地域名称	校区	会場	日時
土佐山田東地域	片地	片地地区公民館	7月14日(日) 10時~12時
土佐山田中央地域	山田舟入楠目	香美市役所本庁舎3階 会議室	7月27日(土) 10時~12時
土佐山田北地域	香長	香長地区公民館	8月4日(日) 10時~12時
香北地域	大宮	基幹集落センター2階 ホール	7月13日(土) 10時~12時
物部地域	大柵	物部支所2階 会議室	8月10日(土) 10時~12時

【問い合わせ先】
建設課都市計画班 ☎53-3119

市民セミナー

香美市立中央公民館

問い合わせ・申込先
中央公民館
☎53-2214
平日:9時00分~17時00分

英会話教室 (初級コース)

英会話をはじめたい方を対象に挨拶・自己紹介から日常会話を学習します。

- 日時 7月31日~9月18日
毎週水曜日(全8回) 19時~21時
- 場所 中央公民館
- 講師 ケンパ・ジョハンソンさん (アメリカ)
- 受講料 2,000円
- 対象者 香美市在住の方、中学生以下は不可
※18歳未満の方は保護者の送迎が必要です
- 申込締切 7月23日(火) 17時必着
- 募集人数 10人(応募者多数の場合抽選)
- 申込方法 ①直接ご来館いただき申し込み。
②住所・氏名・年齢を記入の上、ハガキまたはFAXで申し込み。
③香美市公式HPより申し込み。

犯罪のない安全安心まちづくりのポスター募集

県では防犯に関する意識や安全安心まちづくりの気運を高めるために活用するポスターを募集します。

【期間】5月7日~10月31日
【応募資格】高知県内の小・中・高等学校に在籍する児童生徒
高知県文化生活スポーツ部県民生活・男女共同参画課
☎088・823・9319
※詳細は募集要領を確認ください。

お知らせ Kami Information

第6回キャリアアチャレンジ デザイナー募集中

市内中学1・2年生を対象にキャリアアチャレンジデザイナーを行っています。これは、様々な業種、職種の方との交流や体験活動を行うことで、出会った人々の生き方や考え方に触れる機会となつていきます。

そこで、地域の皆さんにも当日の生徒の学びを知っていただくと同時に、運営を円滑にするためにぜひともご協力をお願いします。

- 【日時】10月26日(土) 9時~15時15分
- 【場所】高知工科大学
- 【内容】ブラスポーター(各ブラスの資料配布や生徒数のチェック、準備片付け等)
- 【募集人数】10人程度
- 【問い合わせ先】
教育振興課 ☎53・1081

象に、香美市内の商店等において使用できるプレミアム付商品券を発行します。市が発行する商品券の取扱期間は10月1日から令和2年3月31日です。

商品券の取扱事業者募集については香美市商工会に委託します。応募要件・申込方法等については募集要領をご確認ください。

【募集期間】7月1日~令和2年3月19日
【問い合わせ・申込先】
香美市商工会
☎53・4111

この国をまもる仕事 令和元年度自衛官募集

募集種目	資格	受付期間	試験日
航空学生(海上自衛隊)	18歳以上23歳未満の方	7月1日~9月6日	1次 9月16日
航空学生(航空自衛隊)	18歳以上21歳未満の方		
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の方	7月1日~9月6日	1次 9月21日
自衛官候補生			年間を通じて受付
防衛大学校生	推薦	9月5日~9月9日	9月28・29日
	総合選抜		1次 9月28日
	一般		1次 11月9・10日
防衛医科大学校医学科学生	18歳以上21歳未満の方	9月5日~9月30日	1次 10月26日・27日
防衛医科大学校看護学科学生			1次 10月19日
陸上自衛隊高等工科学校生徒	推薦	11月1日~11月29日	令和2年1月5日・6日(内1日)
	一般	17歳未満の方	11月1日~令和2年1月6日

【問い合わせ先】 自衛隊高知地方協力本部 安芸地域事務所 ☎0887-35-2749
安芸市本町3丁目11-5 (スマイルあき前)
E-mail kochi.pco.aki@rct.gsdf.mod.go.jp