

乳幼児健康相談

■問い合わせ
こども課母子健康係 TEL (23) 8634

管理栄養士・保健師・看護師が子育てについての相談を受けます。育児に関する悩みについて、お気軽にご相談ください。

日時	場所	内容	持ち物
9月14日(火) 9:30~11:00	大田原 保健センター	身長と体重測定 育児相談	親子健康手帳 (母子健康手帳)

健康ウォーキング

■問い合わせ
健康政策課成人健康係 TEL (23) 7601

ストレッチや筋力トレーニングで身体をほぐし、ウォーキングを行います。※事前に電話予約をしてください。

日時	場所	内容	持ち物
9月10日(金) 9:15~11:30	黒羽 保健センター	正しいウォーキングの 方法・ストレッチほか	飲み物・帽子 ・タオル

保健センターの教室・相談

自殺予防無料電話相談 栃木いのちの電話

TEL 028-643-7830

誰にも相談することができず、ひとりで悩んでいる方のための電話相談窓口です。

●受付日時
午前7時~午後9時
金・土曜日のみ 24時間

■問い合わせ
栃木いのちの電話事務局
TEL 028(622)7970

集団健診

9月の日程

○「特定健康診査」または「後期高齢者健診」を受診する方は、「保険証」と「特定健康診査受診券」をご持参ください。

○申し込んだ日程を変更する方やまだ申し込みをしていない方は、健康政策課成人健康係までご連絡ください。変更のご連絡がない場合、ご希望の日に受診できません。

●受付時間 7:30~10:30 ★印は8:00~10:00

期 日	場 所	対象地区	期 日	場 所	対象地区
9月3日(金)	ふれあいの丘	松原・藤沢・琵琶池・大神・大神南部・福原・福原南部	9月18日(土)	薄葉小学校	薄葉第二団地・野崎ニュータウン
9月5日(日)	石上小学校	下石上・野崎東町	9月19日(日)	大田原市庁舎東別館	浅野・赤堀東
★9月16日(木)	川上健康増進センター	須賀川地区	★9月27日(月)	湯津上農村環境改善センター	湯津上全地区
9月17日(金)	大田原東地区公民館	富士見ハイツ・富士見中央・富士山下・新富ニュータウン	★9月29日(水)	金田南地区公民館	南金丸・南金丸南部

■問い合わせ 健康政策課成人健康係 TEL (23) 7601

国民年金

国民年金保険料の前納とは？

Q1 国民年金では、保険料を前払いすると割引がある「前納」という制度があると聞きましたが？

A1 国民年金保険料の納付には、翌年3月分までの保険料をまとめて払いすると割引のある前納制度があります。前納には口座振替の前納と、現金やクレジットカード納付による前納があります。なお、納付期限がありますので、ご注意ください。

Q2 たとえば8月分から翌年3月分まで8カ月分をまとめて納付するとどのくらいお得なのですか？

A2 翌年3月分までを現金でまとめて納付すると下記の表のようになります。

	前納額	割引額	納付期限
8月分から	119,430円	1,370円	平成22年8月31日
9月分から	104,670円	1,030円	平成22年9月30日
10月分から	89,860円	740円	平成22年11月1日
11月分から	75,010円	490円	平成22年11月30日
12月分から	60,110円	290円	平成23年1月4日
1月分から	45,150円	150円	平成23年1月31日
2月分から	30,150円	50円	平成23年2月28日



※前納を希望される方は年金事務所までお申し出ください。

■問い合わせ

大田原年金事務所国民年金業務課 TEL (22) 6313

大田原市国保年金課国民年金係 TEL (23) 8928

一般の年金相談 ねんきんダイヤル TEL 0570(05)1165