国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象です

日本年金機構から、「社会保険料 (国民年金保険料) 控除証明書」が対象者あてに下記スケジュールにて送付されます。お手元に届きましたら、 大切に保管し、年末調整や確定申告の際に使用してください。

	対象者		送付時期
1	令和7年1月1日~令和7年9月30日に国民年金保険料を納付された方	電子送付	令和7年10月中旬~下旬にかけて順次
		郵 送	令和7年10月下旬~11月上旬にかけて順次
2	令和7年10月1日~令和7年12月31日に国民年金保険料を 納付された方(①の対象者は除きます。)	電子送付	令和8年1月下旬
		郵送	令和8年2月上旬

※マイナポータルから「ねんきんネット」にログインし、電子送付希望の登録をすると、マイナポータルの「お知らせ」で電子版を受け取ること ができます。(郵送がされなくなります)

「社会保険料 (国民年金保険料) 控除証明書」 に関する概要、よくあるご質問などについては、日本年金機構ホームページをご覧ください。 お問い合わせは下記のダイヤルへご連絡ください。

ねんきん加入者ダイヤル (ナビダイヤル) 20570-003-004

マイナンバー カードの窓口

マイナンバーカードの更新や受取の時期には、 封筒やはがきが届きます。

☑ マイナンバーカードをお持ちの人は、更新時期がくると 「有効期限通知書」という封筒が届きます。

「電子証明書の更新」の方

- …発行から5回目の誕生日を迎える人
- →役場窓口で更新手続きが必要です。電話予約の上、 来庁してください。

「マイナンバーカードの更新」の方

- …発行から10回目の誕生日を迎える人(発行時に未成年は5回目)
- →顔写真を撮影し、カードを再作成します。

新しいカードの申請は、同封の申請書を使い、ご自身で申請しま す。申請方法は郵送やスマホのオンライン申請があります。ご自身 での申請が難しい方は、役場での申請サポートをご利用ください。

☑ また、お渡しするカードができた人には 「マイナンバー カード交付通知書」というはがきが届きます。 ⇒電話予約の上、来庁してください。

Q電話では何を伝えればいいの?

- 1. 手続きの内容
 - (例:新規申請、更新の通知がきた、はがきが届いた)
- 2. お名前 (フルネーム)
- 3. 連絡先(連絡のとりやすい番号)
- 4. ご希望の来庁日時 (はがきが届いた人は)
- 5. はがき裏面の赤字の番号 例) 12345-2

Q 予約は必要?

予約がなくても手続きはできますが、混雑状況によっては長時間 お待ちいただく場合があります。

また、手続き内容によって必要な書類が異なりますので、職員か らご案内いたします。

●予約・問い合わせ

町民課町民係 ☎86-4081 (マイナンバーカード専用窓口)

办 平日8:30~17:15

●マイナンバーカードのお手続き窓口

平日	9:00~12:00 13:00~16:45
毎週水曜日(延長窓口)	9:00~12:00 13:00~18:30
休日臨時交付窓口	11月23日(日) 9:00~12:00 ※証明書の発行や、届出の受付はしていません。

広告

市民健康勉強会~心臟弁膜症編~ ка\$німа У ноуама 2025年11月27日(木) 電話または受付へお申し付けください 時間 10時00分 ~ 11時00分 申込 **0299-77-8888** 方法 ※ガイダンス後[#3]を押してください (受付開始 9時30分) 電話受付:午前9時~ 定員100人(先着順) みんなの賑わい交流拠点コンパス 講師 鹿嶋ハートクリニック 循環器内科 **小野川ホール**(香取市佐原イ134-3) 不整脈疾患部門 部長 清國 雅義

不用品買取・処分致します

鉄くず買取致します ビニール類・プラスチック類処分します

お困り事はなんでもお問い合わせください。

一般の方 業者の方 大歓迎

0478-80-7015 香取産資源有限会社 香取市木内1182

環境先進はリサイクルから 私たちはリサイクルを通じて社会に貢献します

11月・12月は見守り強化月間です

町では、住み慣れた地域で誰しもが安心した暮らしを 続けられるよう、「見守りネットワーク事業」をおこなっ ています。町民だけでなく民間企業とも協定を締結し、 さりげない見守りにご協力いただいています。

近所の方や身の回りの方で「最近見かけないな」「今 までと様子が違い心配だな」と思われる方がいましたら、 地域の民生委員・児童委員または、町健康福祉課までご 相談ください。

[みんなで支えようみんなの暮らし]を合言葉に、地 域の方同士のさりげない見守りで、安心して暮らしてい ける町にしましょう。



健康福祉課 280-3300

11月12日~25日は

女性に対する暴力をなくす運動週間です

本来、暴力は、その対象の性別や加害者、被害者の間 柄を問わず、決して許されるものではありませんが、現 在の社会構造上、特に女性に対する暴力が問題視されて います。配偶者などからの暴力、性犯罪・性暴力、ストー カー行為、売買春、人身取引、セクシュアルハラスメン トなどの暴力は、重大な人権侵害であり、男女共同参画 社会を形成していく上で克服すべき重要な課題です。こ の運動期間をきっかけに女性に対する暴力について考え、 暴力のない社会づくりを進めましょう。被害を受けてい る、受けている人を知っている場合は、一人で悩まずに ご相談ください。

●性犯罪・性暴力被害者のための ワンストップ支援センター

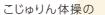
☎ # 8891

●DV相談+(プラス) 電話、チャット相談

20120-279-889

▲ DV相談+(プラス)

総務課 庶務係 ☎86-6082





こいゅりん体操サポーター



私たち、こじゅりん体操サポーターは、結成して4年ほどにな ります。町が開催する「介護予防サポーターステップアップ講座」 を受講し、自身も健康的な生活を送りながら、東庄町で、高齢者 がいきいきと暮らせるようにサポートしていきたいという思いか ら活動を始めました。主に、団体ごとのこじゅりん体操の開催に 合わせて定期的に訪問をし、サポートをしています。それぞれの 団体で特色があり、体操のほか、レクやイベントなどもあるので、 楽しみながら訪問しています。団体だけでなく、介護施設への訪 問も行っており、折り紙が得意なサポーターは、作品をプレゼン トして参加者も楽しんでいただけるよう工夫しています。

サポーターは、参加者と同年代です。定期的に行うこじゅりん 体操のおかげで体力、筋力ともに向上を実感しています。私たち が、東庄の高齢者を引っ張っていく存在となれるよう工夫しなが ら、今後も活動を続けていきたいです。

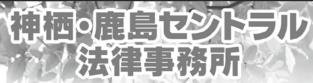
広告

・建物が古くてボロボロ・荷物の整理が大変

・ローンが残ってる・相続したけどどうしよう… 査定無料・秘密厳守・不動産買取

お気軽にお問い合わせください!

千葉県知事(14)第4030号



弁護士 瀧 智英 弁護士 谷本 雅晃 **20299-91-1171** 弁護士 谷本 雅晃 (茨城県弁護士会所属)

鹿島セントラルビル新館5階

〒314-0144 茨城県神栖市大野原4丁目7番11号