

あなたの国民年金は なんですか？

国民年金には、日本国内に住む20歳以上60歳未満のすべての人が加入することになり、次の三種類に分けられます。それぞれの加入や納付などについては次のとおりです。

自営業、学生など（20歳以上60歳未満）は、第1号被保険者

- 加入** 20歳になったら市役所に届け出してください。
- 保険料** 月額1万3,300円を、郵便局や銀行などの金融機関で納付します。保険料納付には安心確実な口座振替がおすすめです。
→お問い合わせは社会保険事務所へ



こんなときは届出を！

会社や役所に就職したとき	▶ 第2号被保険者になります	勤務先へ
結婚して会社員や公務員の被扶養配偶者になったとき	▶ 第3号被保険者になります	配偶者の勤務先へ

会社員・公務員（厚生年金、共済組合に加入している20歳以上65歳未満の人）は、第2号被保険者

- 加入** 勤務先で手続きをしますので、本人による届け出は不要です。
- 保険料** 給料から天引きされます。

こんなときは届出を！



職場を退職したとき	▶ 第1号被保険者になります	市役所へ
転職して、別の会社や役所に就職し、厚生年金から共済組合、またはその逆に変わったとき	▶ 第2号被保険者になります	勤務先へ
会社員や公務員と結婚し、被扶養配偶者になったとき	▶ 第3号被保険者になります	配偶者の勤務先へ

会社員・公務員に扶養されている配偶者（20歳以上60歳未満）は、第3号被保険者

- 加入** 配偶者の勤務先に届け出してください。
- 保険料** 配偶者の加入している制度から搬出されるので、個別に納める必要はありません。

こんなときは届出を！



年収が130万以上になったとき／離婚したとき	▶ 第1号被保険者になります	市役所へ
会社員・公務員になったとき	▶ 第2号被保険者になります	勤務先へ
配偶者が会社や役所をやめて自営業等になったとき	▶ 第1号被保険者になります	市役所へ
配偶者が別の会社や役所に就職し、厚生年金から共済組合、またはその逆に変わったとき	▶ 第3号被保険者になります	配偶者の勤務先へ

ご存知ですか。 国民年金!

Q & A

Q1 国民年金はいくつになったら加入するのですか? また保険料はいくらですか?

A 国民年金は20歳以上60歳未満の日本に住所のあるすべての人に加入が義務づけられています。20歳になったら市役所に届出が必要です。ただし、すでに就職して厚生年金か共済組合等に加入している方は除きます。
保険料は、平成15年度は1か月13,300円です。

Q2 20歳といっても、まだ学生なので収入が無く、保険料が払えません。
保険料は納めなくてもよいのでしょうか?

A 学生本人の所得が68万円以下の時、市役所に申請すれば、学生納付特例の適用を受け納付が猶予されます。しかし、特例の対象となった期間は国民年金の資格期間に含まれますが、年金額には反映されません。社会人になってから、必ず追納するようにしてください。追納できる期間は、特例の対象となった期間から、10年間です。

Q3 学生以外の人でも、所得が少なくて保険料が支払えない場合はどうしたらいいのですか?

A 所得が少なく、保険料の支払いが困難な時は未納のままにしておかず、必ず市役所に申請してください。全額免除や半額免除の制度があります。所得に制限がありますので窓口で相談してください。この場合も10年以内に追納されることをお勧めします。

こんなとき こんな安心が

老後やいざというときのために、年金にはさまざまな給付があります。

このほかにも厚生年金や共済組合、寡婦年金、死亡一時金、脱退一時金等の制度があります。

老齢基礎年金

保険料納付済期間が25年以上ある方が65歳になったときから受けられます。

年金額

▼
79万7,000円

(満額受給の場合)

遺族基礎年金

妻・子を残して亡くなったときに受けられます。

年金額

▼
102万6,300円

(18歳未満の子が1人いる妻の場合)

※子の人数に応じて加算があります。

障害基礎年金

加入中や20歳前のけが、病気で障害者になったときに受けられます。

年金額

▼
1級障害 **99万6,300円**
2級障害 **79万7,000円**

※生計を共にする子がいる場合には人数に応じて加算があります。

◆国民年金についてのお問い合わせは、市民課 年金・市民サービス担当 (☎23-4811内線1157) または岡谷社会保険事務所 (☎23-3661) までお願いします。

あいさつ運動

強調月間

みんなであいさつをしよう！

みんなであいさつをしよう！

運動の重点

- ◆学校では、友だち同士、先生と児童、生徒が、明るい元気なあいさつを響かせましょう。また、地域活動の場でも明るくいろいろな人にあいさつしましょう。
- ◆家庭では、家族全員があいさつを習慣化しましょう。
- ◆各種団体等では、会議などを通して、あいさつの実践に努めましょう。
- ◆事業所では、立て看板などを掲示して、あいさつを実践し、明るい職場づくりを進めましょう。
- ◆小中学校の通学路では、誰でもお互いにあいさつを交し合い、地域の人と児童・生徒のふれあいをつくりましょう。

あいさつは、人とのふれあいや心の通じ合いの第一歩です。より良い人間関係を築くためには、時と場をわきまえた、真心のこもった礼儀正しいあいさつができることが大切です。

市内小中学校では、10月を「あいさつ運動強調月間」として重点的にあいさつ運動に取り組みます。この機会に、自分のあいさつのあり方などをふりかえり、学校や家庭、職場や地域社会で、みんなが気持ちよくあいさつを交わしましょう。

あいさつ標語

- おはようさん 心の中で いい気持ち (太田尚吾さん 川岸小4年)
- あいさつは なかよし階段 第一歩 (佐伯直軌さん 岡谷小5年)
- あいさつが たくさん聞こえる 楽しい朝 (林夏穂さん 田中小6年)
- おはようで 元気がでてる 今日朝 (横川真穂さん 長地小6年)
- あいさつは 明るい笑顔 作るもと (中川誌穂さん 東部中1年)
- 挨拶で 心の窓に 光を照らす (岡本重成さん 南部中3年)
- 窓をあけ「おはよう」の挨拶 風そよぐ (小林春菜さん 北部中3年)
- 太陽に でっかいあいさつ ぶつけよう (松下郁さん 西部中1年)
- あいさつは 朝が元気に なることば (川辺信也さん 神明小6年)
- あいさつは 元気のもとにも なるよ (芝野瑠輝さん 小井川小5年)
- あいさつ ひとつこと みんなの笑顔 (中村さやさん 湊小4年)
- あいさつは 笑顔が生まれる 魔法の言葉 (宮下万理さん 上の原小6年)



あいさつ作文

あいさつ

「あのおばあさんのおかげ」

松村 佳央莉 (小井川小5年)

3年生の時のことでした。いつものように、友達と三人で帰りました。いつもは、人が通っても、全然あいさつをしないのですが、今回はちがいました。「あっ。おばあさんだ。」と、私が言うのと、みんなおばあさんの方に目を向きました。おばあさんは、どんどんこちらに向かって歩いてきます。

「ねえ、あいさつしてみる？」と、友達に言われ、あいさつをしてみることになりました。おばあさんとすれちがうほんのいつしゅん前に、

「こんにちは。」と、三人そろって言うてみました。すると、おばあさんは、

「元気がいい女の子だねえ。」

「はあ・・・」

「あれ、かわいいかみかざりねえ。」

おばあさんは、私のしていたタンポポのかみかざりを指差して言いました。

私達は、ニコッと笑っておじぎをして行こうとしました。もう一度、後をふり返ると、おばあさんも、こつちをニコニコ笑顔でみていました。その後、

私達は、「きんちようしたね。」などと、話をしました。

今でもあのおばあさんの笑顔が、心に残っています。私は、その後、なぜあのおばあさんが笑顔で見ていたのか考えました。あれは、うれしかったからだと、頭にかかびました。

あのおばあさんとは、あれから会うことはありませんでした。

あいさつは、心があたたかくなるものだと思います。それは、あのおばあさんにあいさつをした時、とてもあたたかくなったからです。私は今でも、あの時会ったおばあさんをさがしています。あの時は、散歩の中だったのかなと思います。

あの時以来、私は出来るようになったことが、二つあります。一つ目は、あいさつです。人に会うと、あのおばあさんだと思って、あいさつが出来るようになりました。二つ目は、友達をつくりやすくなりました。あいさつをするので、友達がつくれ、いろいろな話をします。あのおばあさんは、おぼえていなくても、私はずっとおぼえています。おばあさんに感謝したいです。

おばあさん、ありがとう。

社会を明るくするためには

藤澤 翔人（上の原小6年）

ぼくは、今一つ思っている事があります。それはなんでみんな大きな声ではっきりとあいさつをしなくなっているかという事です。ぼくも始めのころは、小さな声でただら言っていました。でも、そんな声で朝あいさつを言ったら、他の人はやる気を無くして一日がたらくなると思います。それでは、あいさつの意味がない、あいさつをし

ても気持ちよくなりません。どうせあいさつをするなら大きな声ではっきりと言った方が、相手の人も一日が楽しくなるからすごくいいと思います。本当はそれをいつもくり返してやってほしいんだけど、それが出来る人がいなくなってきたような気がします。

一回でも大きな声ではっきりと言ってみればどれだけ自分もスッキリするか分かります。ぼくもそうでした。学校の代表委員会で毎朝登校してきた人にあいさつをしているのです。でも、こんなにもスッキリする言い方であいさつをしても、たまにあいさつを返してくれない人がいます。そういう時は、自分もスッキリしないから一気にやる気を無くしてしまうことがたくさんありました。これからもそういう事があるかもしれない。それに負けずあいさつし続ければ、始めあいさつを返してくれなかった人もぼく達の気持ちを分かってくれて、どんどんあいさつを返してきてくれるようになります。だから、自分のあいさつに返してくれない人がいても、皆さんはあきらめないで自分からどんどん大きな声ではっきりあいさつを続けてほしいと思います。

社会を明るくする第一歩はあいさつだと思います。あいさつをすればみんな気持ちよくなって「一日がんばるぞ」という気持ちになるから、あいさつを続けていけばぼくの周りも、もっともっと明るく元気になると思います。

た。あいさつはとてもいいはげましもなるのです。友達や知らない人にも大きな声ではっきり言う、相手の人とも仲良くなれるし、自分もスッキリいい気持ちになります。ぜひこんなことを続けていきたいし、みんなにも続けていってほしいです。

ぼくは半年間、全校へのあいさつを続けてきてこんな事を考えました。

あいさつの良さ

水谷 太洋（岡谷西部中3年）

僕は「あいさつ」ということについて書きたいと思います。

「あいさつ」とは人とのコミュニケーションで使われるものだと思います。でも「あいさつ」だけでは伝わらないこともあります。たとえば感情です。その人や相手の気持ちはあいさつだけでは分かりません。たとえば悲しいのに元気よくあいさつをする人もいるし、とてもうれいのにどこかさびしげにあいさつをする人もいます。このように人の気持ちは分からずあいさつをしています。でもあいさつとは感情、心をこめて言うものです。ときどきあいさつをしている人は「あいさつ」の意味を知らずにあいさつをしています。

「あいさつ」とは人の心のかぎを開ける合言葉なのです。人（相手）の悩みをあいさつで解消するのです。僕の友達で、あいさつで心を開いてくれた人がいます。その人はふだん、あま

り他の人としゃべらずいつも一人だったけど、ある日、突然大きな声であいさつを僕や他の人々にしてきました。僕はおどろいて一瞬、ぼうぜんとして立ち尽くしてしまいました。そしてこういう日が何日か続いたらいつの間にか僕や他の人とその人は仲の良い友達になっていました。そして、友達になった今でもその人は大きな声で僕たちに「あいさつ」をしてきています。当然ですが、僕もそのあいさつに返事をして大きな声であいさつをします。「あいさつ」は人の心を開ける鍵なのです。僕も小さいころ一時期、心の扉を開けられずに一人でいました。ある日他の人が僕にあいさつをしてきました。その時はうれしくて泣きそうになりました。そして僕もあいさつをするようになったらその話しかけてきた人がとても仲の良い友達になってくれました。その友達とは毎日のように遊んで会うたびにあいさつをするようになりました。そしていつしか他の人にもあいさつをして他の人とも仲よくなり友達がとても増えました。僕も心の扉を開けた一人なのです。

僕は最近、あいさつをするたびにすっきりするようになりました。昨日いやなことがあっても友達や朝会った人達にあいさつをするととてもいい気持ちになって昨日のいやな事をわすれるくらい、いい気分になりました。

「あいさつ」はなにかのきつかけになったり心の扉を開ける鍵になったりする不思議な言葉なのです。