

4月1日より **平成31年度**

学生納付特例制度の申請受付を開始します

「学生納付特例制度」とは、学生本人の所得が一定額以下のとき、申請により国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

対象者 学校教育法に規定する大学（大学院）、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校及び各種学校（修業年限1年以上である課程）に在学する学生等で、本人の前年所得が次の計算式で計算した金額以下であることが条件です。

【所得の目安】 118万円 + (扶養親族等の数) × 38万円

必要なもの ① 学生証（コピーの場合は両面）または在学証明書 ② 印鑑 ③ 年金手帳

申請先 役場町民課または川越年金事務所

審査結果 日本年金機構から郵送されます

承認期間 2019年4月から2020年3月まで

※平成30年度に学生納付特例の承認を受けた方で、平成31年度も引き続き同一の学校に在学予定の方には、4月初めに日本年金機構からハガキ形式の学生納付特例申請書が送付されますので、必要事項を記入し、日本年金機構に返送するだけで申請が済みます（この場合、学生証の写しまたは在学証明書の添付は不要です。）。

問 町民課 ☎ 65-0812 **問** 川越年金事務所 ☎ 049-242-2657

国の慰霊巡拝を実施します

厚生労働省では、戦没者を慰霊するため、旧主要戦域や遺骨帰還のできない海上において、遺族を主体とした慰霊巡拝を実施しています。また、旧ソ連及びモンゴル地域においては、強制抑留中に亡くなられた方々の埋葬地の慰霊巡拝を実施しています。旅費は参加者の負担ですが、国から所要額のおおむね3分の1の補助があります。

対象者 埼玉県在住で、慰霊巡拝を行う戦域における戦没者のご遺族（配偶者（再婚した者を除く）、子、父母、兄弟姉妹、参加する遺族（子・兄弟姉妹）の配偶者、戦没者の孫、戦没者の甥・姪）。

注意 参加するご遺族は政府派遣団の一員として団体行動が基本原則となり、個人行動は制約されます。肉親の戦没地点の慰霊のみや合同追悼式のみでの参加は認められません。また、通常の外国旅行よりも肉体的に負担がかかりますので、健康状態を理由に参加をご遠慮いただく場合があります。

申込み・**問** 県社会福祉課 援護恩給担当 ☎ 048-830-3286

県HP <http://www.pref.saitama.lg.jp/a0602/910-20091208-66.html>

こんにちは

地域包括支援センターです

地域包括支援センターは高齢者の皆さんの総合相談窓口です

問 ☎ 65-1010



ボランティアさんによる「集いの場」地域の高齢者サロンが広がっています！

これまで町内8会場（五明、瀬戸・大附、田黒、仲井、番匠、日影、一田市、本郷）で開催されてきた「集いの場」。この4月から、新たに「下郷会館」でも始まることになりました。下郷・池ノ入・女鹿岩地区の皆さま、ぜひお気軽にご参加ください。楽しく盛り上がりましょう。

名称 集いの場「レッツゴー下郷」

日時 毎月第1月曜日 10時～12時

場所 下郷会館（大字西平618-3）

内容 集まった皆さんで自由な茶話会（お飲み物は各自でご持参ください）



集いの場とは？

地域で暮らす高齢者の皆さまが、気軽集えて交流できる居場所です。定期的に外出し、仲間とおしゃべりしたり、レクや体操で楽しい時間が持てたり…。こうした【社会参加】が生活の中に増えると、心身の健康度が高まりやすいといわれています。また、住み慣れた地域での支え合いが、安心した暮らしにもつながります。

元気アップ教室のお知らせ ～いつまでも若々しく過ごすために～



皆さん、普段から筋トレはしていますか？筋肉は何もしないと毎年1%ずつ落ちると言われています。しかし日々の運動で、何歳になっても、筋肉を増やすことは可能です。筋力がつくと、【膝痛・腰痛の予防】【肩こりの改善】【歩行の安定】【階段の昇降が楽になる】等の効果が期待できます。今よりさらにアクティブに、充実した生活が送れるよう、必要な筋力を備えていきませんか。

対象者 町内在住の65歳以上の方（先着25名）

内容 インストラクター指導のもと、筋トレやバランス運動、フィットネスグッズを使った体操、リズム体操、ウォーキングなどを行います。男性にもお勧めです。

日程 2019年4月～2020年3月の間で、月1～2回ずつ、合計16回分参加可能です。主に水曜日の午前または午後、時間は1時間30分程度です。詳細はお問い合わせください。

場所 としがわ町体育センター（せせらぎホール）

申込み 地域包括支援センターまでご連絡ください。通年で受け付けておりますが、定員を超えた場合はお受けできないこともありますのでご了承ください。

その他 お体に不安のある方は、別の運動機会もありますので、ご相談ください。

