

国民年金のお知らせ

国民年金課 ☎443-2067
各行政サービスセンター
大沢野 ☎467-5811 大山 ☎483-1214
八尾 ☎455-2461 婦中 ☎465-2114
富山年金事務所 ☎441-3926

日本国内に住むすべての人は、20歳になった時から国民年金の被保険者となり、保険料の納付が義務付けられています。



国民年金保険料は納付期限までに納めましょう

令和7年4月から令和8年3月までの国民年金保険料は **月額17,510円**、納付期限は **納付対象月の翌月末日** です。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・ATM・インターネットバンキング・電子決済(スマートフォンアプリ)で納めることができます。また、**まとめて保険料を前払いすることで、割引を受けられます。**

国民年金保険料の納付は、「口座振替」が便利です

「口座振替」を利用すると自分で納める手間が省け、納め忘れも防げます。金融機関または年金事務所で手続きしてください。

必要書類

- ・基礎年金番号通知書、納付書など基礎年金番号がわかる書類
- ・預(貯)金通帳 ・預(貯)金通帳届出印
- ・本人確認書類

※「クレジットカード納付」もあります。年金事務所に問い合わせてください。



学生で保険料を納めるのが困難な場合には

学生は、本人の前年所得が一定額^(※)以下の場合、申請により在学中の保険料の納付が猶予される「**学生納付特例制度**」を利用することができます。

(※) [令和7年度] 128万円 + 扶養親族等の数 × 38万円 + 社会保険料控除等

対象 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、専修学校などに通う学生

申請場所 保険年金課(市役所1階)、各行政サービスセンター、富山年金事務所(牛島新町)

必要書類

- ・マイナンバーまたは基礎年金番号がわかるもの
- ・本人確認書類
- ・在学期間がわかる学生証の写し(両面)または在学証明書(原本)

申請期間 申請月の2年1カ月前から令和8年3月まで(20歳以降の学生期間に限る)
※年度単位での申請となります。

学生でも安心!



令和6年度に制度を利用し 令和7年度も引き続き在学予定の方へ

対象者には、4月1日に日本年金機構からはがき形式の「学生納付特例申請書」が送付されました。同一の学校に在学中で、令和7年度も猶予をご希望の方は、必要事項を記入し、返送してください。

⚠ 制度の猶予期間は未納期間にはなりません

- ・「老齢基礎年金」を受けるために必要な期間(10年)に算入されます。ただし、受給できる年金額には反映されません。
- ・万一の事故などによる「障害基礎年金」、「遺族基礎年金」を受けるための必要な期間に算入されます。

追納制度も あります

猶予の承認後10年以内であれば、この期間の保険料をさかのぼって納めて将来の年金額を増やすことができます。ただし、3年度目以上経過している場合は、当時の保険料に一定の額が上乗せされます。追納を希望する場合は、富山年金事務所に問い合わせてください。

ご存じですか

「障害者差別解消法」

図障害福祉課 ☎443-2056

禁止

してはいけないこと
不当な差別的取扱いとは

正当な理由なく、障害を理由として、障害のない人と異なる対応をすることです。

- 【例】障害を理由に入店や施設の利用を断る 必要がないのに付き添いの同行を求める



地域でできること

- ・地域の行事が、障害のある人もない人も参加できる行事となるよう、配慮について話し合う機会を設けるなどの工夫をしましょう。
- ・地域で書類などを回覧する際には、誰でも読みやすいように文字の大きさなどの工夫をしましょう。

障害者差別解消法では、国や市町村などの行政機関、会社、お店などの民間事業者に、障害を理由とする「不当な差別的取扱い」をしないことや「合理的な配慮の提供」をすることが規定されています。

障害を理由とする差別をなくすことで、障害のある人もない人も共に生きる「地域共生社会」の実現を目指しています。

義務

しなければならないこと
合理的配慮の提供とは

障害のある人から何らかの配慮を求める意思表示があった場合に、負担になりすぎない範囲で対応をすることです。

- 【例】筆談や読み上げなど、段差がある場合にスロープ
コミュニケーションの などを使って補助を行う
方法を工夫する



相談したいときは…

それぞれの地域には、身近な相談相手となる民生委員などの「地域相談員」がいます。また、市役所では、障害福祉課をはじめ、各窓口でご相談いただけます。

障害のある人に関わる マークを紹介します

これらのマークを見かけたら、障害のある人に対して配慮し、思いやりのある行動を心掛けましょう。

障害者のための 国際シンボルマーク



車椅子利用者だけでなく、障害のある全ての人が利用できる建物、施設であることを示します。

設置場所

- ・トイレ、エレベーター
- ・駐車場 など

ほじょ犬マーク



身体障害者補助犬(盲導犬・聴導犬・介助犬)の同伴について啓発するためのマークです。

設置場所

- ・公共施設や交通機関
- ・商業施設 など

盲人のための 国際シンボルマーク



視覚障害のある人の安全やバリアフリーに考慮された建物、設備、機器につけられます。

設置場所

- ・押ボタン式信号機
- ・音声案内装置 など

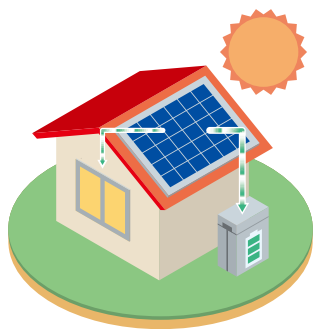
ヘルプマーク



配慮を必要とすることが外見からはわかりづらい人が身につけることで、配慮が必要なことを周囲に知らせます。

身につけている人

- ・内部障害や難病の人
- ・妊娠初期の人 など



環境に配慮した住宅・機器



太陽光発電設備

と

蓄電池

導入してみませんか

図環境政策課 ☎443-2053

温室効果ガスを排出しないので 環境に優しいです

太陽光を使って発電するので、温室効果ガスを排出しない環境に優しいエネルギーを自宅や事業所で使えます。



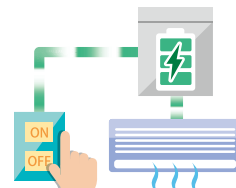
電気料金の 変動リスクを抑えます

太陽光発電で発電した電力は電力会社の電気料金値上げによる影響を受けないため、リスクを軽減できます。



蓄電池の同時設置で 防災力を強化できます

太陽光発電は、太陽が出ていれば停電時でも電力を使えます。さらに蓄電池を設置すると、電力をためられるので、夜間などにも電力が使えます。



でも、導入にはお金がかかりそう…と不安なあなたへ

▶ 住宅や事業所に太陽光発電設備および蓄電池を導入する場合の費用を補助します

申請期間 5月1日(木)～11月28日(金) ※契約・着工前に申請し、交付決定を受ける必要があります。

主な要件

- ・市民および市内の中小企業者などで「チームとやまし」に登録できる
- ・令和8年2月13日(金)までに実績報告書を提出できる など

※原則、オンライン申請です。他の補助金と併用できません。詳細は、市ホームページへ。



市ホームページ
(No.1013030)

①住宅向け(市民)

対象設備	補助額	上限額	件数	備考
太陽光発電	7万円/kW	35万円	30件程度	同時設置する必要があります
蓄電池	補助対象経費の3分の1 (1kWhあたり上限5万円)	40万円		

1件あたり8万円の補助額を上乗せします

子育て世帯…18歳未満の子がいる世帯

若者夫婦世帯…どちらかが39歳以下である世帯

※いずれも令和7年4月1日時点。



②事業所向け(中小企業など)

対象設備	補助額	上限額	件数
太陽光発電	5万円/kW	150万円	10件程度
蓄電池	補助対象経費の3分の1 (1kWhあたり上限6.3万円)	189万円	

※事業所は、太陽光発電設備のみの設置も対象です(蓄電池のみの申請は不可)。

▶ PPA(第三者所有モデル)事業者への補助があります

補助額は設置する住宅で異なります。詳細は、市ホームページ(No.1013030)をご覧ください。

① ZEH・② 省エネルギー機器を導入された方への補助もあります

申請期間 5月1日(木)～令和8年3月19日(木)

補助上限額 ①1戸あたり20万円、②5万円

※詳細は、市ホームページ(No.1005155、1005156)へ。

①ZEH…高断熱・高効率な設備を整えることでエネルギー収支がおおむねゼロになる住宅のことです。

②省エネルギー機器…エネファーム、ペレットストーブが対象です。

子育て・若者夫婦世帯は3万円を上乗せします

※対象年齢などは、上記の補助額上乗せと同様です。

大沢野・八尾では、子どもから高齢の方までが健康増進や介護予防に取り組める「健康づくり拠点」を設けて、あらゆる世代が楽しみながら参加できるスポーツや創作などの講座、多世代交流イベントなどを開催しています。

生きがいづくりのための講座・交流イベント

趣味や仲間を探してみませんか

どなた
でもOK

岡まちスポとやま ☎461-3332
岡福祉政策課 ☎443-2262

体を動かしたり芸術文化に親しんだり、子どもから高齢者まで楽しく取り組める催しです。

期間 令和8年3月まで **場所** ウィンディ、八尾行政サービスセンターなど

5・6月の講座・イベントをご紹介します！(一部抜粋)

大沢野

あたまとからだの エクササイズ

5月17日(土)10:30~11:30
フィンランド生まれの
モルックを体験します。

心地よい時間の 増やし方講座

5月15日(木)10:30~12:00
**バランスボールを
使った特別講座**
6月16日(月)10:30~11:30

八尾

音楽に合わせて 体操しよう

5月14日(水)13:30~14:30
健康運動指導士が
サポートします。

工作ワークショップ

6月14日(土)13:30~15:00

骨盤調整ヨガ

6月25日(水)13:30~14:30
骨盤を中心に体を動かす
ヨガを楽しみます。

ほかにも、ウォーキング・フラダンス・合気道・つまみ細工・昭和歌謡・笑いヨガ・スマホ講座など多岐に渡ります。

※詳細は、市ホームページ(☎1015844)をご覧ください。



健康づくりでいきいきシニアライフ！

健康寿命の延伸は、人生100年時代の1丁目1番地

60歳以上
向け

岡長寿福祉課 ☎443-2061

いつまでも心豊かに健康で自立した生活が送れるよう、健康づくりやフレイル予防、生きがいづくりを目的とした講座などを開催しています。

体力測定会

自分の健康状態をチェックしましょう！

5月14日(水)	ウィンディ
16日(金)	八尾コミュニティセンター
8月8日(金)	八尾行政サービスセンター
9月10日(水)	大久保ふれあいセンター

内容 体力測定、体組成、骨密度測定、eスポーツ体験、筋トレワンポイント教室、ほか



詳細は
こちら▶



パワーリハビリテーション教室

軽負荷のマシンを使います。足腰の筋力低下や、肩や腰に痛みのある方向けです。

ウィンディ	八尾行政サービスセンター
9月~12月(全24回)	
1月~3月(全8回)	
	5月~8月(全24回)
	9月~12月(全24回)
	1月~3月(全8回)

詳細は
こちら▶



いきいきシニアライフ！プログラム

専門職によるストレッチや筋トレ、水中ウォーキングなどフレイル予防のための教室です。

大沢野・八尾ともに
5月~7月(全12回)
9月~12月(全12回)

詳細は
こちら▶



体を動かしてスッキリ♪

▶シニアライフ講座もあります

健康・生きがいづくりの講座を毎年開催しています。
※今年度の申し込みは終了しています。

10カ月間(全16回)

内容 民謡、陶芸、太極拳、料理、ヨーガ、スマホ教室など