



## 使うほど元気になれる 高知家健康パスポート！

### 高知家健康パスポートを取得して楽しくお得に健康生活♪

四万十町では、「高知家健康パスポート」を取得されている四万十町民の方へ、特典をプレゼントいたします。

まだ「高知家健康パスポート」を取得されていない方は、ぜひこの機会に取得しませんか？

#### 特典

(A) 四万十町指定のゴミ袋（可燃・大）

【取得者全員】

(B) 松葉川温泉入浴回数券

【取得者の中から  
抽選で10名様】



#### 対象者

「高知家健康パスポート」を取得されている四万十町民の方

#### 特典の受け取り方法

《A》(ゴミ袋) …直接お渡しいたしますので、平成29年10月2日～平成30年2月28日まで（土・日・祝日・年末年始（12月29日～1月3日）を除く）に、高知家健康パスポートを下記の窓口までご持参ください。

※午前8時30分～午後5時15分  
（正午～午後1時を除く）

《B》(入浴券) …平成30年2月末に抽選を行い、当選者の方に郵送いたします。

〔窓口およびお問い合わせ先〕

健康福祉課 ☎22-3115 大正 町民生活課 ☎27-0112 十和 町民生活課 ☎28-5112

#### 高知家健康パスポートって？

パスポートを県内の協力店で提示するとさまざまなサービスが受けられるお得なパスポートです♪

### 高知家健康パスポートの取得方法

【参加資格】20歳以上の町民（県民）

① ヘルシーポイントがもらえる事業に参加する  
（人間ドックや特定健診、がん検診、献血、運動施設の利用など）

② 健診を受ける（ピンク）

知る・参加する（緑）

楽しく動く（青）

から3ポイント（2種類以上のポイントが必要）を申請はがきを集める

※申請はがきは、ポイントがもらえる場所（健診会場や献血会場、スポーツイベントの会場など）や、健康福祉課、大正・十和と各町民生活課で配布いたします。

③ 「郵送」、「町の窓口」のいずれかで申請します

## 人権相談所開設のご案内

無料  
秘密厳守です

だれにも相談できずに、ひとりで悩んでいませんか？

さまざまな人権に関する相談や暴力に対する相談などを受け付けます。



### 平成29年度 人権相談所開設日（開設時間 午前10時～午後3時）※下線は予定です

| しまんと社会福祉センター<br>☎22-1195 | 大正地域振興局 2階小会議室<br>☎27-0112 | 十和地域振興局 2階（コミュニティセンターとおわ）<br>☎28-5112 |
|--------------------------|----------------------------|---------------------------------------|
| 12月6日(水) 野中・宮崎(由)        | 10月10日(火) 岡林・横山            | 10月5日(木) 伊賀(修)・伊賀(ひ)                  |
| 2月7日(水) 宮崎(正)・市川         | 12月8日(金) 岡林・横山             | 12月7日(木) 伊賀(修)・伊賀(ひ)                  |
|                          | 2月9日(金) 岡林・横山              | 2月1日(木) 伊賀(修)・伊賀(ひ)                   |

〔お問い合わせ先〕高知地方法務局須崎支局 ☎0889-42-0374

### 『国民年金保険料』の 免除期間・納付猶予期間 がある方へ

国民年金保険料の免除（全額免除・一部免除・法定免除）、納付猶予、学生納付特例の承認を受けられた期間がある場合、保険料を全額納めた方と比べ、老齢基礎年金（65歳から受けられる年金）の受け取り額が少なくなります。

将来受け取る老齢基礎年金を増額するために、免除などこれらの期間の保険料については、**10年以内であればさかのぼって納める（追納）ことができます。**

ただし、免除などの承認を受けられた期間の翌年度から起算して3年度目以降に追納する場合、当時の保険料額に一定の加算額が上乘せされます。

追納は、古い月のものから納付することとなりますが、次の点にご注意ください。

- ◎一部免除を受けた期間は、残りの納付すべき保険料が納付されていなければ追納はできません。
- ◎老齢基礎年金の受給権者（年金の請求ができる年齢に達した方）については追納はできません。

### 次回の年金相談の お知らせ

12月6日(水)  
午前10時～午後3時  
役場西庁舎 1階会議室  
※予約が必要です

〔お問い合わせ先〕  
高知西年金事務所  
☎088-875-1717  
ねんきんダイヤル  
☎0570-05-1165  
町民課 ☎22-3117  
大正町民生活課  
☎27-0112  
十和町民生活課  
☎28-5112



追納される場合は、申し込みが必要です。  
追納のお申し込みを希望される方、またはご相談については、お近くの年金事務所へお願いします。

## 一日行政相談を開設します

無料・  
秘密厳守です

「一日行政相談」を開設します。

国の仕事やサービスで困っていること、分からないことがありましたら、お気軽にご相談ください。

#### 窪川地域

◆相談日 10月10日(火)

◆時間・場所

午前10時～午後3時（正午～午後1時を除く）  
農村環境改善センター 第1会議室

◆行政相談委員 森 英真

〔お問い合わせ先〕総務課 ☎22-3111

#### 大正・十和地域

◆相談日 10月10日(火)

◆時間・場所

午前10時～正午 大正地域振興局 2階小会議室  
午後1時～午後3時 十和地域振興局 1階町民室

◆行政相談委員 林 久志

〔お問い合わせ先〕大正地域振興局 ☎27-0111  
十和地域振興局 ☎28-5111

【提出期限】  
9月29日(金)

【必要な物】  
◎対象児童の健康保険証  
◎印鑑  
◎平成29年度住民税課税証明書  
※課税証明書は、平成29年1月1日時点で四万十町に在住していなかった方のみ

【提出場所】  
◎町民課  
◎大正 町民生活課  
◎十和 町民生活課

9月は乳幼児医療費受給者証の更新月です。1歳から就学前の受給者に更新申請書を送付しますので、左記のとおり提出をお願いします。

乳幼児医療費  
受給者証の  
更新について