

## 知っておきたい 年金の受け取り方

### ～繰り上げ・繰り下げ受給～

国民年金(老齢基礎年金)は、原則65歳から受け取ることができますが、希望すれば早め(繰り上げ)または遅め(繰り下げ)に受け取ることもできます。

それぞれにメリット・デメリットがありますので、ライフスタイルに合わせて選択することが大切です。

#### 繰り上げ受給(60~64歳の間に受け取り開始)

早くから年金を受け取れる方法です。ただし、65歳から1か月早めごとに0.4%ずつ減額された金額を生涯にわたって受給することになります。

**例** 65歳からの年金が月6万5千円の場合  
→ 60歳から受け取ると 約5万円／月(24%減額)になります。

#### 繰り下げ受給(66~75歳までの間に受け取り開始)

受け取りを遅らせると、1か月遅らせごとに0.7%ずつ増額された金額を生涯にわたって受給することになります。

**例** 65歳からの年金が月6万5千円の場合  
→ 75歳から受け取ると 約12万円／月(84%増額)になります。

大切なのは  
“自分に合った選び方”

損得だけでなく、「いつまで働くか」「貯蓄や家族の支え」「健康状態」などを踏まえて考えるのがポイントです。繰り上げ・繰り下げ受給も、一度選択すると原則変更できません。注意点もありますので、気になった方は年金事務所へ相談を!



#### お問い合わせ先

高知西年金事務所 ☎ 088-875-1717  
※お問い合わせの際は、基礎年金番号の分かる、年金手帳や年金証書をご用意ください。  
町民課 ☎ 22-3117  
大正町民生活課 ☎ 27-0112  
十和町民生活課 ☎ 28-5112

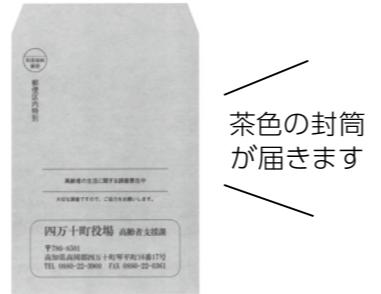
#### 高齢者の生活に関する調査を実施します

「高齢者の生活に関する調査」を、令和7年12月1日現在で65歳以上の方(要介護1~5の認定を受けている方を除く)を対象に実施します。

調査結果は、今後の高齢者施策を検討していく上で、貴重な基礎資料となります。調査の趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いします。

なお、調査票は12月下旬に発送する予定です。

お問い合わせ先 高齢者支援課 ☎ 22-3900



#### お知らせ

### ○休日在宅当番医

月 日	医院名	電話番号
14(日)		
21(日)		
12 28(日)		
月 29(月)		
30(火)		
31(水)		
1(木)		
2(金)		
1 3(土)		
月 4(日)		
11(日)		
12(月)		

くぼかわ病院

☎ 22-1111

!(休日水道修理当番は窪川地域のみです。  
大正・十和地域の方は各地域振興局にお問い合わせください。  
大正 地域振興課 ☎ 27-0111  
十和 地域振興課 ☎ 28-5111

### 令和7年度 入札結果(令和7年10月実施分)について

入札結果は、町ホームページにて確認することができます。  
また、右の二次元コードから読み込むことも可能です。



クールチョイス

脱炭素社会の実現のため、一人一人のライフスタイルの転換が重要です。宅配サービスは日時指定・置き配・コンビニ受け取りなどを活用し、できるだけ1回で受け取りCO<sub>2</sub>削減につなげましょう!

【お問い合わせ先】環境水道課 ☎ 22-3119

#### 年末年始の図書館休館日

町立図書館は、年末年始は下記のとおり休館します。一人20冊まで借りることができますので、年末年始にゆっくり読書を楽しんでみてはいかがでしょうか。なお、本館、大正分館、十和地域振興局の返却ポストは、休館中もご利用いただけます。  
※本館の返却ポスト位置が、入り口横に変更しています。

休館期間 12月28日(日)~1月5日(月)

お問い合わせ先 四万十町立図書館 本館 ☎ 22-5000 大正分館 ☎ 27-1194

