

令和2年度 秋の側溝清掃 土砂・汚泥回収日程

☎まちづくり支援課 ☎⑤ 6726

対象地区	回収日
一本木沢、一本木沢一・二丁目、ひがしの一・二丁目、元町西一～六丁目、元町東一～五丁目、上平、下平（稲生団地除く）、北平、千歳森、七郷、南平、長根尻、後野、井戸頭、北斗、藤高	10月12日(月) ↓ 14日(水)
稲生町、東一～三番町、東十一～十三番町、東二十一～二十四番町、西一～三番町、西十一～十三番町、西二十一～二十三番町、里ノ沢、牛泊、しらかば団地、八郷、本金崎、西金崎、稲生団地	10月19日(月) ↓ 22日(木)
穂並町、東四～六番町、東十四～十六番町、西四～六番町、西十四～十六番町、並木西、西小稲、日の出町、朝日ヶ丘、一本木、白上中通り、小林	10月26日(月) ↓ 28日(水)

- ▶ 収集車は各通りを一度だけ回収します。泥上げは必ず回収日初日の前日までに終わらせてください。
- ▶ 側溝から回収された土砂は、災害用土のうなどに再利用します。空き缶、空き瓶、紙、プラスチック類のごみは可能な限り除去し、落ち葉と土砂はより分けてください。
- ▶ 土砂・汚泥は、ある程度の大きさ（高さ30cmの円すい型）にまとめて置いてください。また、交差点付近には置かないでください。
- ▶ 土砂・汚泥は草の上に置かず、アスファルトなどの平坦な道路脇の見えやすく分かりやすい場所に置いてください。また、段ボールや肥料袋に入れないでください。
- ▶ 国道・県道の清掃を実施する町内会は、国・県に回収を依頼しますので、事前にまちづくり支援課までご連絡ください。
- ▶ 毎年、回収日の間違いが見られますので、再度日程をご確認ください。

あなたの国民年金を増やしませんか？

☎市民課（本館1階②番窓口） ☎⑤ 6753
八戸年金事務所 ☎ 0178・44・1742

■任意加入制度

老齢基礎年金を満額受け取るには、20歳から60歳までの40年間納付する必要がありますが、40年に満たない場合、60歳から65歳まで任意加入をして保険料を納めることで、年金額を増やすことができます。また、海外に住所を置いている期間は年金を納める義務はありませんが、任意で納めることができます。（令和2年度保険料 月額16,540円）

■付加年金制度

国民年金を納めている人は、毎月の保険料に付加保険料（月額400円）を上乗せして納付することで、将来の老齢基礎年金に付加年金が加算されます。ただし、国民年金基金加入中の人は対象外です。

■追納制度

国民年金保険料の免除や納付猶予、学生納付特例の承認を受けた期間がある場合、将来受け取る老齢基礎年金の額は保険料を全額納めたときよりも少なくなります。10年以内であれば、さかのぼって納める（追納）ことで年金額を増やすことができます。

追納は古い月の分から順次納付することになります。保険料についてはお問い合わせください。

※いずれの制度も、既に老齢基礎年金を受給している人は対象となりません。

年金生活者支援給付金の受け取りには請求書の提出が必要です

年金受給者（公的年金などの収入や所得額が一定基準以下）の生活を支援するため、年金生活者支援給付金が支給されます。受け取りには請求書の提出が必要です。

- 対象 ①老齢基礎年金を受給し、次の要件を全て満たす人
- ▶ 65歳以上 ▶ 世帯全員が市民税非課税 ▶ 年金収入額とその他所得額の合計が約88万円以下 ※給付額…月額5,030円を上限（振込通知書をご確認ください）
- ②障害基礎年金・遺族基礎年金を受給し、次の要件を満たす人
- ▶ 前年の所得が約462万円以下 ※給付額…月額5,030円（障害等級2級・遺族）、月額6,288円（障害等級1級）

請求方法 対象者へ10月中旬以降に日本年金機構から通知が届きますので、同封のはがきに必要な事項を記入の上、返送してください（令和3年1月までに手続きが完了すると、令和2年8月分からさかのぼって受給できます）。

※これから年金を受給し始める人は、年金の請求手続きと併せて市民課または八戸年金事務所まで手続きしてください。

☎市民課 ☎⑤ 6753

八戸年金事務所 ☎ 0178・44・1742

☎ねんきんダイヤル(ナビダイヤル)

☎ 0575・05・1165

コロナ禍でも医療機関で必要な受診を心掛けましょう

新型コロナウイルス感染症の感染懸念などにより、医療機関の受診を控える傾向が見られますが、過度な受診控えは健康上のリスクを高めてしまう可能性があります。

具合が悪いなど健康に不安がある場合は、まずはかかりつけ医に相談しましょう。詳しくは、厚生労働省「上手な医療のかかり方」ホームページをご覧ください。

☎健康増進課 ☎⑤ 6790