

年金
のはなし
No.335

年金を増額できる制度

問い合わせ

広島西年金事務所 ☎082・535・1505
保健医療課 ☎592141

受給資格のある方（国民年金保険料の納付済み期間と免除などの期間の合計が10年以上である）は、65歳から老齢基礎年金を受け取ることができます。また、受け取りの前に年金額を増額できる制度があります。

年金受給開始前

付加保険料制度

通常の国民年金保険料に加えて月400円の付加保険料を納めることで、年金額を増額できる制度です。
付加保険料を納付した月数に200円を掛けた額が、年金額に加算されます。

年金保険料免除や 国外在住の期間がある場合

国民年金保険料の免除（納付猶予や学生納付特例を含めます）を受けた方や、海外在住期間のある方は、免除を受けず全額納付した方と比べ、老齢基礎年金の額が少なくなります。

年金額を満額に近づける制度としては、次のようなものがあります。

追納制度

免除などを受けた期間の保険料をさかのぼって納めることで、年金を満額に近づけることができる制度です。ただし、さかのぼることができる期間は、追納が承認された月

の10年以内までとなります。

また、免除の承認から3年度以上経過した期間の保険料を追納する場合、当時の保険料に一定の加算額が上乘せされます。

任意加入制度

年金の満額支給を受けられない方で、追納期間が過ぎてしまった方や、老齢基礎年金の受給資格を満たしたい方が加入できる制度です。

①60歳以上65歳未満で、保険料の全額納付済期間が40年に満たない方
65歳になるまでの期間、保険料を納めることで受給額を満額に近づけられます。

②60歳以上65歳未満で、老齢基礎年金の受給資格がない方
70歳になるまでの期間、保険料を納めることで、受給資格を得ることができます。

③海外に在住する、日本国籍を持つ20歳以上60歳未満の方
国民年金の保険料の納付や受給資格の確保のために、任意加入ができます。

年金受給開始時期

繰り下げ受給

老齢基礎年金・老齢厚生年金を65歳からではなく、66歳から75歳（生年月日が昭和27年4月1日以前の方は70歳）になるまでの間に請求すること、65歳到達月から、実際に受給を開始した月の前月までの月数ごとに0・7%の年金額が増額される制度です。
増額された年金は、繰り下げ請求した月の翌月分から受け取ることができます。

祝市制施行70周年 子どもの歯を守るつどい40周年記念行事講演会 安部友裕さんに学ぶ覇(歯)気活 ～元気なからだは、お口の健康から～

問い合わせ
大竹地区歯科衛生連絡協議会(保健医療課内)
☎59-2153

「歯の健康」と「からだの健康」との関連について学び、学習やスポーツの能力向上とのつながり、安部友裕さんの健康づくりなどについての講演です。講演会終了後20分程度安部さんへの質問コーナーを設けます。当日は要約筆記、手話通訳を行います。

とき

11月9日(土)14時～15時30分
(13時30分から受け付け)

ところ アゼリアホール

※駐車場：アゼリアおおたけ、または大竹中学校第2駐車場

講師 安部友裕さん（元広島東洋カープ）

申し込み

不要（定員300人）



安部友裕（あべ・ともひろ）

1989年6月24日生まれ

福岡県北九州市出身・2007年高校生ドラフト1巡目で広島東洋カープに入団・17年にセリーグ打率4位を記録するなどチームのリーグ3連覇に貢献・元広島東洋カープのプロ野球選手

22年に現役引退・株式会社HAKIpro代表取締役

【親睦・生きがい対策】

ふれあい旅行（一泊旅行と日帰り旅行）、囲碁・将棋大会、芸能大会、大竹ふれあい健康福祉まつり作品展、民謡教室など

【奉仕活動】

公園・神社・道路の清掃、花いっぱい運動などの環境美化活動

皆さんの地域でも「楽しいシニアクラブ」の活動を進めてみませんか。

※地域のクラブ活動資金には、市からの支援があります。

在宅高齢者実態調査

民生委員の調査にご協力を

問い合わせ

地域介護課 ☎592144

民生委員が高齢者世帯を訪問して、世帯や身体状況などの実態を調査します。皆さんのご協力をお願いします。

※この調査は、市の施策や民生委員の支援活動に役立てることを目的として実施しています。なお、調査票は、地域介護課への直接提出を原則としています。

対象 70歳以上の方

市制施行70周年記念事業 ジュニアリーダーと学びのカフェ合同開催 大好き大竹応援大使 三宅由利子さん トーク&パフォーマンス

問い合わせ
玖波公民館 ☎57-7084

ニューヨークを中心に世界で活躍している三宅さんのトーク&パフォーマンスショーを開催します。
「玖波公民館学びのカフェ」と「ジュニアリーダー育成事業ドリーム講座」の同時開催企画です。
とき 10月5日(土) 13時30分～14時30分（13時開場）
ところ 玖波公民館大ホール
出演 三宅由利子さん
定員 60人程度
申し込み 9月2日(月)から玖波公民館へ電話、または電子申請で。



Photo by Shieri Shelly Yamafuji



電子申請はこちらから。

Yuriko Miyake

ニューヨーク在住の表現師。俳優・ダンサー・歌手・振付師。英国版「Princess MONONOKE～もののけ姫～」ロンドン公演・日本公演に唯一の日本人キャストとして出演。オフブロードウェイショー「Jouen」で主演、同じくオフブロードウェイショー「CLEOPATORA」に出演。ドキュメンタリー邦画「8 DAYS TRIP」のナレーションを務め、現在は舞台だけでなく、映像作品にも出演。

伸ばそう!健康寿命・担おう!地域づくり

シニアクラブで

地域の仲間づくりをしてみませんか

問い合わせ
シニアクラブ連合会事務局(社会福祉協議会内)
☎52-2235

高齢化が進み地域での高齢者人口が増加しています。高齢者が健康に生活できる地域づくりが求められる時代です。シニアクラブ連合会では、「伸ばそう!健康寿命・担おう!地域づくり」をテーマに、「楽しく活動できるシニアクラブづくり」を推進し、次のような活動をしています。

【健康づくり】

運動会、グラウンドゴルフ大会、ペタンク大会、ゴルフコンペ大会など

停電時の発電機によるCO中毒や、 復旧後の通電火災に注意！

―災害をきっかけにした製品事故を防ぎましょう―

問い合わせ

◆市消費生活センター（産業振興課内）
☎573236

【相談日】火・金曜日（祝日・年末年始を除く）
9時～12時・13時～16時

◆消費者ホットライン
☎188（泣き寝入りイヤヤ）

9月1日は防災の日。台風などによる停電の際に使用される携帯発電機で、不十分な換気のため一酸化炭素中毒となる事故が毎年発生しています。さらに、停電復旧後の通電に伴う火災にも注意が必要です。改めて事故を防ぐための対策をお願いします。

携帯発電機の使用時の注意

○室内では絶対に使用しないでください。発電運転中の排ガスには一酸化炭素が含まれており、屋内で使用すると一酸化炭素中毒になる恐れがあります。
○屋外であっても、自動車内やテント内で使用すると屋内と同等以上の危険性があります。排ガスが逆

流しないように出入り口、窓などの開口部から離れたところ、かつ風通しのいいところで使用してください。

その他のアドバイス

○一酸化炭素（CO）は、無色・無臭で気が付きにくい人体に有害な気体です。最悪の場合、死に至ることもあります。
○木炭・練炭などの炭の燃焼でも一酸化炭素が発生します。屋内で使用する場合は、十分に換気しましょう。
○ガスの不完全燃焼などによる一酸化炭素中毒の事故もあります。こまめな換気を心がけましょう。
○一酸化炭素を感じし、危険を知らせる「住宅用ガス・CO警報機」

を設置するのも事故を防ぐ手段として有効です。

通電火災の注意

○自宅から避難する際に時間的な猶予がある場合は、停電復旧時に異常がある製品に通電されることによる事故を防止するため、分電盤のブレーカーを切ってください。普段から分電盤の位置や操作方法を確認しておきましょう。

○特にヒーターを内蔵した電気コンロや電気ストーブなどの電熱器具は、停電復旧時に意図しない動作による火災を防ぐため、停電時には電源プラグをコンセントから抜きましょう。

○停電復旧後、浸水や落雷などによる損傷を免れた製品を使う際は、機器などの外観に異常がないか（電源プラグやコードに損傷はないか、製品に焦げた痕はないか、など）を確認の上、分電盤のブレーカーを入れ、機器の電源プラグを1台ずつコンセントに差し、様子を確認しながら使用してください。異音や異臭がする場合は、必ず使用を中止し、メーカーや販売店に相談してください。

（見守り新鮮情報No.383、消費者庁、経済産業省、nite News Release令和5年8月19日より）

交通ルールや自転車の点検学

大竹小で

自転車安全教室

問い合わせ

自治振興課 ☎592142

7月16日、大竹小学校で3年生児童に対する自転車安全教室が開催されました。

講師として、大竹警察署、大竹交通安全協会、広島県自転車協同組合大竹支部の方が招かれ、児童らは真剣に話を聞いていました。

大竹警察署、大竹交通安全協会からは、「自転車も自動車の仲間」「ヘルメットの着用」など、交通ルールを守ることの大切さや、交通事故が起こる要因と防止方法に関する講話がありました。

広島県自転車協同組合大竹支部からは、自転車の点検整備の合い言葉「ブタはしゃべる」について、実際に自転車を使って分かりやすく丁寧な説明がなされていました。

児童からは「点検方法を学べてよかった。」「自転車の安全な乗り方は、分かっているけど、できていないこともあったので気をつけたい。」などの感想が寄せられ、交通安全に対する関心の高さがうかがえました。

自転車の点検整備を忘れずに！
自転車を利用する前には、忘れず安全点検をしましょう。

ブタはしゃべる

ブタはしゃべるの言葉は「ブタはしゃべる」です。

ブタはしゃべるの言葉は「ブタはしゃべる」です。

ブタはしゃべるの言葉は「ブタはしゃべる」です。

ブタはしゃべるの言葉は「ブタはしゃべる」です。

点検整備について説明する広島県自転車協同組合大竹支部の岡田さん(中央)

広島県ホームページから抜粋

おおたけ・ごみ事情 No.74

30cmより大きい衣類・毛布類は「青色のごみ袋」に入れて「衣類・毛布類」の日に出してください――

問い合わせ 環境整備課リサイクルセンター ☎52-5101

衣類や毛布、布団、折り畳んだビニールシート、マット類などが燃える素材であるため「もやすごみ」の日に出されることがあります。これが中継施設や焼却施設の機械の故障の原因の一つになっていました。

衣類・毛布類は「資源回収専用袋（青色）」を使用し、「衣類・毛布類」の日に出してください。衣類やシートのファスナー・ボタンは、付いた

おおたけ クリーンキャンペーン

市内一斉清掃 9月22日(日)

問い合わせ
公衆衛生推進協議会(リサイクルセンター内)
☎59-2112

公衆衛生推進協議会は、市と共催でおおたけクリーンキャンペーン（市内一斉清掃）を実施します。

この取り組みは「おおたけのまちをク（9）リーンにし（4）ようでえ（day）」の語呂合わせから名付けられたものです。このネーミングにあわせ、自治会などで行っている地区清掃を9月の第4日曜日に市内で一斉に行うことにより、「きれいで快適なまちづくり」への機運を高めるため、平成26年の市制施行60年の年から実施しているものです。

今回の実施日は、9月22日(日)です。清掃活動にあたっては、感染対策、また熱中症などに気をつけて無理のないよう参加してください。



袋の口はしっかり結んでください。

ままで出すことができます。

なお、もやすごみとして出す場合は、必ず30cm四方未満、または長さ30cm未満に切って、「もやすごみ専用袋（オレンジ色）」で出してください。

毎月第1土曜日は「ひろしま環境の日」です。

「ひろしま環境の日」一斉行動

9月のテーマ

やってみよう省エネ生活！
～こまめに水を止めよう～

家庭で、職場で、できることから始めましょう。

環境整備課 ☎59-2154