

年金

納めた国民年金保険料は  
全額が控除の対象です

国民年金保険料は、社会保険料控除としてその年の課税所得から控除し、所得税および住民税額を軽減することができます。

税法上とても有利な国民年金は、老後はもちろん病気やけがで障害が残ったときなど万一期間にも心強い味方となる制度です。保険料は納め忘れのないようきちんと納めましょう。

■控除対象

令和5年1月～12月の期間に納付した保険料の全額  
(過去の年度分や追納分を含む)  
※配偶者やご家族の負担すべき国民年金保険料を支払っている場合、その保険料についても合わせて控除することができます

■手続き方法

年末調整や確定申告により申告してください。なお、令和5年中に納付した保険料について控除を受けるためには、保険料を支払ったことを証明する書類(領収証書等)を添付する必要があります。

■証明書類の送付

保険料を支払ったことの証明書類として、日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送付されます。送付時期は次のとおりですので、申告の際にご利用ください。

【令和5年1月1日～10月2日の期間に納付した方】  
▼10月下旬～11月上旬にかけて順次発送

【令和5年10月3日～12月31日の期間に納付した方】  
▼令和6年2月上旬に発送



問 ねんきん加入者ダイヤル

☎0570-0003-0004  
市民保険課  
☎57-8506

国保

接骨院・整骨院にかかる前に  
まずチェック!



接骨院・整骨院などにかかるときは、施術を受ける前に国民健康保険が使えるか確認しましょう。

国保が使えない場合、施術費用が全額自己負担となりますので、施術を受ける前に国保が使えるか確認しましょう。初診時には、負傷原因を正確に伝えてください。

○国保が使える場合

- 急性または亜急性(急性に次ぐ)の外傷性傷病の場合。
- 打撲やねんざ、挫傷(肉ばなれ等)
- 骨折、脱臼の応急処置
- 医師の同意がある場合の骨折、脱臼の施術

×国保が使えない場合

- 次のような場合は施術費用が全額自己負担となります。
- 日常生活における疲れや肩こり
- スポーツなどによる肉体的疲労
- 脳疾患後遺症などの慢性病
- 神経痛、リウマチ、慢性関節炎
- 加齢による腰痛等の体の痛み
- 交通事故の場合
- 労災保険の対象となる負傷

■注意事項

▼療養費支給申請書は、患者が柔道整復師に保険請求を委任するものです。記載内容を確認し、本人が署名をしましょう。

▼医療費通知で受診内容(金額と日数)を確認しましょう。また、領収書は高額療養費・医療費控除を受ける際にも必要となりますので、大切に保管をお願いします。

■適正給付にご協力ください

国民健康保険では、医療費の適正な給付に努めています。保険請求の内容に誤りがないかを確認するために、市から負傷原因や施術内容について、文書や電話などでお問い合わせすることがありますので、ご協力ください。

問 市民保険課 ☎57-8506

年金

年金生活者支援給付金の  
請求手続きはお済みですか?

年金生活者支援給付金は公的年金等の収入や所得額が一定額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

■対象となる方

対象となる方には請求に必要な書類が日本年金機構から順次送付されています。同封のはがき(年金生活者支援給付金請求書)に記入し提出してください。請求が遅れると給付金の受け取りができない期間が生じる可能性があります。早めの手続きをお願いします。

※令和6年1月4日までに請求書が届かなかった場合、請求した月の翌月分からの給付となり、令和5年10月分から令和6年1月分までの給付金は受け取れません

① 年金受給者で新たに支給要件に該当する方  
② 昨年度給付金を受給しており、途中で支給要件不該当となったが、現在は支給要件に該当する方  
※支給要件に該当しすでに受給されている方は、支給要件から外れない限り、新たに請求する必要はありません  
※給付金の請求手続きにおいて、口座情報や手数料は不要です。給付金をかたった詐欺行為にはお気を付けてください

問 給付金専用ダイヤル

☎0570-0051-40092  
市民保険課  
☎57-8506

同封のはがき(請求書)に必要事項を記入して

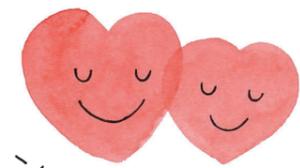
令和6年  
1月4日 必着!



福祉

犯罪被害者等の  
相談窓口について

11月25日から12月1日までの1週間は、「犯罪被害者週間」です。



一人で悩まず、まずはご相談を

誰もが突然、犯罪に巻き込まれる可能性があります。犯罪被害に遭ってしまつと、心身への直接的被害だけでなく、周囲の無理難言や二次被害で、転職や転居が必要となるなど、生活するうえでさまざまな課題に直面することもあります。香南市でも、福祉事務所に相談窓口を設置し、必要な支援を提供できる機関の情報提供などを行っています。被害者の方が置かれている状況について理解を深め、平穏な生活を取り戻せるよう、みんなで支え合う社会を実現していきましょう。

相談窓口	相談内容	相談時間
福祉事務所 ☎0887-57-8509	■総合的な相談対応	8:30～17:15 土・日・祝日・年末年始は除く
(警察)警察総合相談窓口 ☎088-823-9110 (#9110)	■警察への相談全般	24時間対応
(警察)犯罪被害者ホットライン ☎088-871-3110	■犯罪被害相談全般	8:30～17:15 土・日・祝日・年末年始は除く
(高知県)犯罪被害者等支援相談窓口 ☎088-823-9340 ※	■犯罪被害全般 ■支援機関の調整	9:00～12:00、13:00～16:00 土・日・祝日・年末年始は除く
こうち被害者支援センター ☎088-854-7867 ※	■犯罪被害者支援の相談 ■付き添い支援	10:00～16:00 土・日・祝日・年末年始は除く
(警察)性犯罪被害相談電話 ☎#8103(全国共通ダイヤル)	■性犯罪被害に関する相談	24時間対応
性暴力被害者サポートセンター こうち ☎0120-835-350 (#8891)	■性犯罪・性暴力被害に関する相談	9:00～17:00 日・祝日・年末年始は除く 上記時間外はコールセンターへ転送

※面接相談は要予約