

妊娠された方へ

妊娠届の提出は予約制です！

～妊娠がわかったらお電話ください～

町では、妊娠期から出産、子育て期の支援の第一歩として、妊娠届提出時に保健師から母子手帳と妊婦一般健康診査受診券を発行しています。

今年度より、妊娠届の方法が変更となりました。

ご不便をおかけしますが、母子保健サービス充実のため、ご理解ご協力のほどよろしくお願いいたします。

<妊娠届の提出方法>

妊娠がわかったら早めに妊娠届を提出しましょう。

- ① 下記の予約先まで妊娠届提出の予約をする。(門別地区のみ要予約、日高地区は予約不要です。)
- ② 予約日に妊娠届と妊婦アンケート(任意)を記入し提出する。
- ③ 地区担当保健師と妊婦面接し、母子手帳と妊婦一般健康診査受診券を受け取る。

<他市町村から転入された方へ>

- ・日高町の妊婦一般健康診査受診券を発行します。
- ・日高町で妊娠届を提出していただく必要があるため、下記まで予約をしてください。
(門別地区のみ要予約、日高地区は予約不要です。)

<妊娠届出時の持ち物>

- ・個人番号(マイナンバー)がわかるもの。

<妊婦面接とは>

体調や妊娠に伴う心配ごとなど、個室で保健師が妊婦さんにお話をうかがうものです。

30分程度かかりますので、お時間に余裕がある日に予約をしてください。

また、妊娠届を提出したときだけでなく、後日、妊娠中の経過を一緒に確認させていただくため妊婦訪問をさせていただきます。



<予約・お問い合わせ先>

門別地区 日高町役場 健康増進課 保健師 電話 01456-2-6571

日高地区 日高総合支所 地域住民課 保健師 電話 01457-6-3173

※予約時に地区担当保健師が不在の場合は、後日担当保健師から折り返しご連絡いたします。

「全国一斉『女性の人権ホットライン』強化週間」のお知らせ

11月18日(月)から11月24日(日)までは「全国一斉『女性の人権ホットライン』強化週間」です。

夫やパートナーからの暴力やセクハラなど女性の人権に関する悩みや心配ごとについて、法務局職員や人権擁護委員が電話相談時間を延長して対応し、解決に導きます。

相談は無料で、秘密は厳守されます。お気軽にご相談ください。

専用相談電話 0570-070-810

◆相談時間は次のとおりです。

11月18日(月)～22日(金)：午前8時30分～午後7時

11月23日(土)・24日(日)：午前10時～午後5時

【お問い合わせ先】

札幌法務局日高支局 電話 0146-42-0415

国民年金保険料の納付に困ったら

経済的に国民年金保険料を納めるのが困難な人などのために、免除制度があります。

国民年金保険料が未納のままだと、老後の年金だけでなく、若いときにも支給される障害基礎年金、国民年金加入者などが亡くなったときに、生計を維持されていた子のいる配偶者又は子（子とは、18歳になって最初の3月31日までの子）が受けられる遺族年金等が受けられない場合があります。

納付に困ったら、お早めにご相談ください。

免除制度には、下記の種類があります

- 納付が困難な人のための免除制度（全額免除以外は、一部納付がないと期間算入にはなりません）
- 50歳未満の人のための納付猶予制度
- 学生のための学生納付特例制度

	老齢基礎年金を受けるための期間に	老齢基礎年金額は	障害・遺族基礎年金を受けるための期間に	後から納めることができる期間
免除	入る	減額になるが算入できる	入る	10年以内
猶予	入る	算入できない	入る	10年以内
特例	入る	算入できない	入る	10年以内
未納	入らない	算入できない	入らない	2年以内

国民年金保険料の免除期間・納付猶予期間がある方へ

国民年金保険料の追納をおすすめします

国民年金保険料の免除（全額免除・一部免除・法定免除）や、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歳から受け取れる年金）の受取額が少なくなります。

そこで、これらの期間の保険料は、将来受け取る老齢基礎年金を増額するために、10年以内であれば遡って古い月から追納することができます。

また、社会保険料控除により所得税、住民税が軽減されます。

- 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い場合は、追納はできません。
- 免除等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には、当時の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乗せされますので、お早目の追納をお勧めします。

※追納のお申し込み・ご相談は

苫小牧年金事務所 電話0144-36-6135 へお問合せください。