

国民年金保険料の免除・猶予制度

国民年金課（市役所1階7番窓口） ☎32-2072、または各支所市民生活課

経済的な理由などで、国民年金保険料を納付することが困難な人には「保険料免除制度」や「若年者納付猶予制度」があります。

■保険料免除制度 本人・配偶者・世帯主の前年所得が一定額以下の場合に、申請により保険料の全額または一部（4分の3、2分の1、4分の1）が免除となります

■若年者納付猶予制度 本人（30歳未満の人）・配偶者の前年所得が一定額以下の場合に、申請により保険料の納付が猶予されます

免除・猶予の期間 7月～平成26年6月

申請 原則、毎年申請が必要

※全額免除または若年者納付猶予が承認された人が、申請時に翌年度以降分についても申請を希望した場合は、継続して自動的に審査を行います

申請に必要なもの 年金手帳、印鑑（本人が申請する場合は不要）

※失業のため申請する場合は、離職票または雇用保険受給資格者証も必要

免除・猶予と未納はこのように違います！

免除・猶予期間に関する疑問	保険料の納付状況			
	納付	全額・一部免除	納付猶予	未納
受給資格期間に算入されるの？	○	○	○	×
老齢基礎年金額の計算に算入されるの？	○	△ (一部)	×	×

※老齢年金を受給するためには、原則25年以上の納付が必要です

※一部免除は、免除後の保険料を納付しないと、未納扱いになります

ご存知ですか

昨年度の免除申請を受け付けています。

対象期間 平成24年7月～平成25年6月分

締め切り 7月31日(水)



人・農地プラン

農業振興課（市役所4階） ☎32-2079

「人・農地プラン」は、高齢化や後継者不足、耕作放棄地の増加など集落や地域が抱える人と農地の問題を解決するための計画です。人・農地プランに参加することで、さまざまな支援が受けられます。

■さまざまな農業支援

農地集積協力金 人・農地プランの中心となる経営体に農地が集積される時、経営転換協力金、または分散作圃解消協力金を交付します

スーパーL資金の無利子化 農業基盤を強化するための貸し付けが当初5年間、無利子化されます

規模拡大加算の面積要件の緩和 農地の利用を集積化するための交付金の面積要件が緩和されます

青年就農給付金 次の条件に当てはまる人に年間150万円を交付します

種別	主な条件	交付期間
経営開始型	45歳未満で新規に農業経営を開始する人	最長5年間
準備型	研修機関や先進農家などで研修を受けている新規に就農を予定する人	最長2年間

など

■こんな時は、手続きが必要です

こんな場合	必要な手続き
新たに農地を貸し出した	農地の貸し出し希望申し出
新たに地域の中心となる経営体に位置付けたい	地域の中心となる経営体の位置付け希望申し出
農地の貸し手、借り手が決まっている	農地貸し借り調整済届け出

対象 人・農地プランに参画する個人、法人、集落営農

提出先 農業振興課、JAつやま本支店、JA勝北支店、一般財団法人あばグリーン公社

提出方法 提出先に備え付けの書類に記入して提出

提出期限 10月31日(木)

※詳しくは、お問い合わせください



健(検)診を受けましょう

健康増進課 ☎32-2069

市内の医療機関では、平成26年1月まで健(検)診を行っています。また、集団健(検)診でも受診できます。健(検)診を受けて、自身の健康をチェックし、健康づくりに努めましょう。

詳しくは、広報つやま5月号に折り込まれている「平成25年度の健(検)診等のお知らせ」をご覧ください。

■特定健診を活用して、生活習慣をチェック

糖尿病・高血圧症・脂質異常症・心臓病・脳卒中などの生活習慣病は、毎日の生活習慣で発症や症状が左右される病気です。まずは、健診を受けて今の自分を知りましょう。毎年受けることで、以前の結果と比較することも出来ます。

■特定保健指導であなたの健康をサポート

健診の結果、生活習慣病の発症が見込まれる人は、特定保健指導を**無料**で受けることができます。

医師、保健師、管理栄養士などの専門家があなたの健康づくりをサポートします。

■定期的ながん検診を受けて、早期発見

統計では、国民の2人に1人は、一生のうち一度は、**がん**にかかると言われていています。しかし、ほとんどのがんは早期に発見することで完治が望めます。早期発見の方法が**がん検診**です。

自覚症状がある場合は、定期的な検診を待たずに、すぐに医師の診察を受けてください。

平成25年度の健(検)診対象者

年齢は平成26年3月31日現在

対象	20歳	30歳	40歳	50歳	60歳	70歳	75歳
みんなが対象			特定健診 津山市国民健康保険の被保険者で40～74歳の人			高齢者健診 75歳以上の人(後期高齢者医療制度加入の人を含む)	
			胃がん、結核・肺がん、大腸がん検診 40歳以上の人				
			肝炎ウイルス検診(B・C型、C型のみ、B型のみ) 40歳以上の人で、今まで肝炎ウイルス検診を受けたことのない人				
女性が対象	子宮がん検診 20歳以上の女性						
			乳がん検診(視触診のみ) 30歳以上の女性				
男性が対象			乳がん検診(視触診・マンモグラフィ併用) 40～69歳の女性				
			前立腺がん検診 50～69歳の男性				

集団健(検)診の日程

申込方法 健康増進課に電話で申し込む **締め切り** 各健(検)診日の10日前

	とき(受付時間)	ところ
総合健診(乳がん・子宮がん検診以外)	7月27日(土)・28日(日) 8:00～10:00	津山すこやか・こどもセンター
	8月12日(月) 7:30～9:00	阿波公民館
	8月16日(金)・30日(金) 7:30～10:00	加茂町福祉センター
	8月28日(水)・29日(木) 7:30～10:00	勝北保健福祉センター
	9月13日(金)・17日(火) 7:30～10:00	久米保健センター
	10月5日(土)・26日(土)13:00～14:00 ※胃がん健診なし	津山すこやか・こどもセンター
	平成26年2月20日(木)～22日(土) 8:00～10:00	津山すこやか・こどもセンター
乳がん・子宮がん検診	7月25日(木)～27日(土)13:00～14:00	津山すこやか・こどもセンター
	8月1日(木)・16日(金)13:00～14:00	加茂町福祉センター
	8月9日(金)・12日(月)13:00～14:00	勝北保健福祉センター
	8月22日(木)・23日(金)13:00～14:00	久米保健センター
	10月5日(土)・26日(土)14:00～14:30	津山すこやか・こどもセンター
	平成26年2月20日(木)～22日(土) 13:00～14:00	津山すこやか・こどもセンター