

保険・年金

年金生活者支援給付金制度に便乗した詐欺にご注意ください

年金生活者支援給付金制度に便し、厚生労働省、日本年金機構または市区町村の職員を名乗る者から、「年金生活者支援給付金の振込口座が使えないため、新しい口座番号、暗証番号、マイナンバーを教えてください。」という不審な電話がかかってきた事例が報告されています。

厚生労働省および日本年金機構では、電話でお客様の口座番号、暗証番号、マイナンバー等をお聞きすることはありません。このような電話があつても、口座番号等の個人情報をお返すことのないようにご注意ください。ご不明な点等ございましたら、お近くの年金事務所にお問い合わせください。



マイナポータルから
国民年金の電子申請ができます

国民年金の手続きの一部が、令和4年5月11日から、マイナンバーカードを利用してマイナポータルから電子申

請できるようにになりました。24時間365日、スマートフォンから申請ができ、処理状況も申請結果も確認できます。対象手続き

- ①国民年金第1号被保険者加入の届出(資格取得・種別変更)
- ②国民年金保険料免除・納付猶予の申請
- ③国民年金保険料学生納付特例の申請

問 青梅年金事務所
☎0428(30)3410

産前産後期間の国民年金保険料が免除されます

国民年金保険料の産前産後期間の免除制度とは、出産予定日又は出産日が属する月の前月から4か月間の国民年金保険料が免除される制度です。また、多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3か月前から6か月間の国民年金保険料が免除されます。

なお、出産とは、妊娠85日(4か月)以上の出産をいいます(死産、流産、早産された方も含みます)。

産前産後期間の免除は、「保険料を免除された期間」も保険料を納付したものととして老齢基礎年金の受給額に反映されます。また、産前産後期間の保険料を前納している場合は、全額還付(返金)されます。

出産予定日の6か月前から届け出ができます。

- 対象者
国民年金第1号被保険者
- 手続きに必要なもの
・年金手帳又はマイナンバーがわかるもの
・母子手帳
・本人確認書類(例：運転免許証等)

問 町民課 保険年金係
☎042(588)4110

催し



第20回「こどもからの人権メッセージ発表会 in 奥多摩」

主催 多摩西人権啓発活動地域ネットワーク協議会

人権尊重意識の向上を中心としたこどもたちの心の成長を目的に、第20回「こどもからの人権メッセージ発表会 in 奥多摩」を開催します。西多摩8市町村の小学生が「人権の大切さ・素晴らしさ」をテーマに、日常生活の中での気付き・体験を発表するほか、令和5年度全国中学生人権作文コンテストに応募された西多摩8市町村の生徒が作文を発表します。

(有料広告)

日本整形外科学会認定整形外科専門医による診療
理学療法士による個別リハビリ施行

あいクリニック
整形外科・リハビリテーション科

院長 石川泰崇 (日本整形外科学会認定整形外科専門医)

診療時間	月	火	水	木	金	土	休診日
9:00~12:00	●	●	/	●	●	●	
14:30~18:00	●	●	/	●	●	★	水曜・日曜・祝日

★土曜午後は14:00~16:45
※受付は診療終了の15分前までです

〒190-0182 (イオンモール北側)
東京都西多摩郡日の出町平井721-1
TEL.042-588-5623

問 奥多摩町福祉保健課
☎0428(83)2777

日時 12月9日(土)
午後1時30分~4時30分
(午後1時開場)

場所 奥多摩文化会館 2階視聴覚室
(奥多摩町小丹波82番地)

申込 不要

その他 手話通訳あり



スポーツ協会からのお知らせ

主催 NPO法人日の出町スポーツ協会

日の出町スポーツ協会では、町内の方を対象にスポーツ教室を開催しています。

①ソフトテニス教室

日時 12月16日(土) 午前9時～11時

ソフトテニス連盟

☎090(4724)9564

②ミニソフトボール教室

日時 12月9日(土) 午前10時～正午

ソフトボール連盟

☎090(6140)8191

③ジュニア硬式テニス教室

日時 12月10日(日)、17日(日)

午後1時～3時

④初心者及びシニア硬式テニス講習会

日時 12月13日(水)、20日(水)

午前10時～正午

硬式テニス協会

☎080(5464)1306

対象 ①③小・中学生 ②小学生

④初心者及びシニア

場所 ①③④スポーツパーク

テニスコート

②町民グラウンド

問 NPO法人日の出町スポーツ協会

☎070(7545)5111



日の出町
ハートワークフェア2023



主催 日の出町ハートワークフェア

2023実行委員会

日の出町に所在する子育て・福祉・医療に関する「心に寄り添う地元のおごと」を担う事業所12団体が参加して日の出町の、ハートで働く「ハートワーク」に関する情報を発信するイベントが4年ぶりに再開します。体験ブースや、ステージ、求人情報など、こどもから大人まで日の出町のハートワークに触れる一日です。

日時 12月10日(日) 午前10時～午後4時

場所 イオンモール日の出

2階イオンホール

二次元コード



問 宝光保育園 ☎042(597)0876

日の出町社会福祉協議会主催事業

あなたのお家にサンタクロースがやってくる子ども達の夢を叶えます。

サンタクロースボランティアが、ご家族に代わりお子さんにプレゼントを渡します。プレゼントは、各自ご用意

いただき、予約した時間に玄関等の前に置いてください。

期日 12月24日(日)・25日(月)

時間 午後6時～8時の間

申込 ボランティアセンター窓口(土日祝日を除く午前9時～午後4時30分)

またはボランティアセンター公式LINEよりお申込みください。

先着順▼12月1日(金)～15日(金)締切

ボランテニアセンター公式LINEへ

「サンタボラ申込み」とメッセージに入

力して①氏名 ②希望日時(午後6時～

8時まで、15分間隔でお願いします)③

住所 ④連絡先 ⑤お子様の人数を

お伝えください。

申込 二次元コード

大切な方への年賀状
今年は絵手紙で出してみませんか?
絵手紙体験講座



日時 12月9日(土) 午前9時～11時

場所 日の出町社会福祉協議会

会議室

対象 未就学児以上(小学3年生以下は保護者の方と一緒にご参加ください)

定員 8人(定員になり次第締切)

費用 300円(材料費、切手代含む)

申込 ボランティアセンター公式LINEまたは社協ホームページより

お申込みください。左記の二次元コードからも申込み可能です。▼12月7日(木)締切

※絵手紙作成後にポストへ投函します。送り先を決めておいてください。

つきばら参加者募集中です

毎月1回、ごみ拾いのボランティア活動をしています。地域のみなさんでゴミ拾いをして町も心もスッキリしてみたい方はぜひ「つきばら」一緒に参加しませんか?事前申込みは不要です。直接現地に集合してください。

※雨天中止

二次元コード



12月15日(金) 午前10時～11時
大久野健康いきいきセンター前集合
(健康いきいきセンター周辺をごみ拾います)

1月23日(火) 午前10時～11時
宝光保育園前集合(宝光保育園の園児と一緒に町民グラウンド周辺をごみ拾います)

持物 ごみ袋(なくても可)、帽子、タオル、軍手、飲物

問 日の出町社会福祉協議会

☎042(597)6187

12月15日(金) 午前10時～11時

1月23日(火) 午前10時～11時

宝光保育園前集合(宝光保育園の園児と一緒に町民グラウンド周辺をごみ拾います)

持物 ごみ袋(なくても可)、帽子、タオル、軍手、飲物

問 日の出町社会福祉協議会

☎042(597)6187

12月15日(金) 午前10時～11時

1月23日(火) 午前10時～11時

宝光保育園前集合(宝光保育園の園児と一緒に町民グラウンド周辺をごみ拾います)

持物 ごみ袋(なくても可)、帽子、タオル、軍手、飲物

問 日の出町社会福祉協議会

☎042(597)6187

12月15日(金) 午前10時～11時

1月23日(火) 午前10時～11時

宝光保育園前集合(宝光保育園の園児と一緒に町民グラウンド周辺をごみ拾います)

持物 ごみ袋(なくても可)、帽子、タオル、軍手、飲物

