

4月 情報ひろば

！イベント・講習会などに参加の際は、マスクの着用や手指消毒、体温測定など、新型コロナウイルス感染症対策にご協力をお願いします。

福祉

長寿社会課からのお知らせ

問 本庁舎長寿社会課（13番窓口）
 ☎ 0857-30-8211
 〓 0857-20-3906
 問 各総合支所市民福祉課（10階）
 問 鳥取市中央包括支援センター（10階）

【認知症高齢者家族やすらぎ支援員派遣サービス】
 容 認知症に関する研修を受けたボランティア「やすらぎ支援員」が、認知症の高齢者を介護している家族に代わって見守りや話し相手

介護支援ボランティアの募集

問 鳥取市ボランティア・市民活動センター
 ☎ 0857-29-2228

容 介護保険施設などでの話し相手、施設イベントの手伝い、除草などのボランティア活動 対 市内在住の65歳以上の人 額 ボランティア活動時間に応じてポイントが付与。おおむね1時間程度の活動で1ポイント（1日最大2ポイントまで）。交付は、1ポイントあたり100円で換算（上限1万円/年）。

国民健康保険の加入・脱退の届出はお早めに



問 本庁舎保険年金課（9番窓口）
 ☎ 0857-30-8222 〓 0857-20-3906
 問 各総合支所市民福祉課（10階）

【国民健康保険の加入】

会社を退職した時は、任意継続制度を利用する場合と家族の健康保険の被扶養者になる場合を除き、14日以内に国民健康保険への加入手続きが必要です。保険料は届け出た日からではなく、退職月（退職日が月の末日の場合は翌月）から計算されます。加入の届出が遅れると、保険料もさかのぼって請求されますので早めに届出を行いましょ（任意継続制度については、退職した会社などへおたずねください）。

【国民健康保険の脱退】

就職などで他の健康保険に加入した場合は、国保脱退の届出が必要です。手続きをしない場合は、保険料がかかり続けますのでお気をください。

凡例 時 日 時 所 場所 容 内容 対 対象 条 条件 員 定員 数 数量 額 支給・助成額など
 料 料金 募 募集期間・方法 受 受付 持 持参するもの 問 問い合わせ先

鳥取市中央包括支援センターからのお知らせ

問 本庁舎鳥取市中央包括支援センター
 ☎ 0857-20-3457
 〓 0857-20-3906

ひとり親家庭の児童の入学支度金

問 本庁舎子ども家庭課（13番窓口）
 ☎ 0857-30-8456
 〓 0857-20-3907

【安心ホットライン事業（緊急通報受信サービス）】

容 急病などの緊急時に通報する装置を設置し、通報を受信した際は協力員などが急行して容態確認などを行います。※利用には協力員2人以上の登録が必要 対 おおむね65歳以上のひとり暮らしの高齢者、高齢者のみの世帯など 料 3000円/月、または8000円/月（所得に応じて異なる）

【認知症高齢者等位置検索システム利用支援サービス】

容 認知症などによりひとりでの外出が不安な高齢者が、安心して外出するための位置検索サービスを利用する際の初期費用の一部を助成。 対 市内在住で認知症などによりひとりでの外出が不安な高齢者およびその家族 額 上限1万円

【認知症介護家族の集い】

時 4月21日（金）10:00～12:00
 所 本庁舎3階会議室3-1
 料 無料 ※要予約

【おれんじドアとことり】

時 4月27日（木）10:00～12:00
 所 渡辺病院南館1階 容 認知症の当事者同士の情報交換の場
 料 無料 ※要予約

家族教室・専門相談のご案内

問 駅南庁舎心の健康支援室
 ☎ 0857-22-5616
 〓 0857-20-3962

【アルコール・薬物・ギャンブル（ゲーム）等家族教室】
 時 4月14日（金）13:30～15:00
 ※予約不要 所 さわかか会館3階第2研修室 容 ミニ講話「依存症とは？」、話し合い ▼講師：山下陽三さん（渡辺病院副院長）
 対 ご家族のアルコール・薬物・ギャンブルなどでお困りの人 ※ご本人はご遠慮ください。

【アルコール・薬物・ギャンブル（ゲーム）等専門相談】

時 4月14日（金）15:00～16:00
 ※前々日までに要予約 所 さわかか会館3階第1研修室 対 アルコール・薬物・ギャンブルなどの問題でお困りの人 ※関係者からの相談も可能
 【ひきこもり家族教室】
 時 4月18日（火）10:00～12:00
 所 さわかか会館3階多目的室 容 DVD上映「ひきこもりからの回復」 対 ひきこもり状態にある人の家族 ※個別相談にも応じます（要予約）

老人クラブ費用を一部助成

問 鳥取市老人クラブ連合会事務局（鳥取市社会福祉協議会内）
 ☎ 0857-24-3180
 〓 0857-24-3215

容 高齢者自身の生きがいを高め、健康づくりやボランティアなど地域を豊かにする活動を行う老人クラブの活動を支援し、その費用を一部助成 条 おおむね60歳以上の会員30人以上で組織されていること

令和5年度 国民年金保険料



問 鳥取年金事務所 ☎ 0857-27-8311
 問 本庁舎保険年金課（9番窓口）
 ☎ 0857-30-8224 〓 0857-20-3906

令和5年度の国民年金保険料月額が1万6520円で、昨年度より70円の引き下げになります。また、令和6年度の保険料月額が1万6980円となることが公表されました。

国民年金保険料は、月額1万7000円を上限に、直近の物価・賃金などを反映した調整を行うことで各年度の保険料額を決定しています。

■前納制度を利用しましょう

前納制度を利用して、4月中に令和6年3月までの1年分を一括して現金で納めると、19万4720円と毎月納付するよりも1年で3520円お得になります。

令和7年3月分までの2年分を納付する2年前納では38万7170円となり、2年で1万4830円も割引になります。

1年前納用の納付書は、4月初旬に年金機構から送付される納付書の中に同封されています。現金による2年前納は、専用の納付書が必要です。年金事務所へ4月中にお電話でお申込みください。