

## 年金だより

## ～20歳からスタート！国民年金～

成人を迎えられる皆さん、おめでとうございます。20歳になると成人として多くの権利が認められますが、また同時に義務も課せられます。国民年金に加入することもその一つです。

私たちは、世界で一番長生きできる国に住んでいます。自分の一生を長い目でみた場合、人生設計が大切なものになってきます。長い一生の間には、どんなことが待っているかわかりません。そんな「もしも……」のときに欠かすことができないものが、国民年金です。

国民年金には、20歳から60歳になるまでのすべての人が加入します。20歳を迎えられる皆さん、国民年金に加入して大人の仲間入りをしましょう。

○問合せ 町民課国保年金係 ☎⑦2 1 1 3

## 2月11日⑩

マイナンバーカードの  
休日交付を行います

マイナンバーカードの交付は、原則、予約制で月～金曜日の開庁時間（8:30～17:15）と火曜日の窓口延長業務は事前予約者に限り対応しています。

平日に来庁できない方のために、次の休日を開庁して、マイナンバーカードの交付を行います。ぜひご利用ください。（事前予約された方のみカードをご用意します。）

なお、当日はマイナンバーカード交付以外の事務は行っていません。また、マイナンバーカードの交付は申請受付から約1ヶ月かかりますのでご注意ください。

○休日開庁日 2月11日⑩

○交付時間 午前9時30分～午後4時

○予約・問合せ 町民課 ☎⑦2 1 1 3

## 介護食教室

この教室では、おいしく安全で飲み込みやすい食事作りの基本から介護保険制度のしくみ、認知症、口腔ケアの必要性についての講話も行います。参加者同士で介護食を作り「食」を楽しみましょう！

○定員 15名

○場所 神崎ふれあいプラザ保健福祉館調理室

○参加費 無料

○持ち物 エプロン・三角巾・筆記用具等

月日	曜日	時間	講話内容
1月19日	金	10時～13時	知っているつもり介護保険
2月16日	金	10時～13時	脳アンチエイジング
3月16日	金	10時～13時	自分磨き・歯磨き

○申込期限 1月12日⑩まで

○申込み 地域包括支援センター

☎⑦1 6 0 7

## 認知症サポーター

## 養成講座



認知症サポーター養成講座とは、認知症の方への正しい理解と知識を学び、認知症になっても住みなれた地域で安心して生活できるように、見守りやその人の立場に立って物事を深く考えていただくための講座です。

○日時 1月24日⑩13:30～15:30

○場所 神崎ふれあいプラザ集団指導室

○定員 30名程度

○参加費 無料

○対象 今までにこの講座を受けたことのない方

○申込期限 1月22日⑩まで

○申込・問合せ 地域包括支援センター

☎⑦1 6 0 7