

～「晩秋の目名・大利路を歩こう」ウォーク東通のご案内～

晩秋の山々、刈入れ後の広大な田園、一面に広がる草原、赤や黄色に彩られた木々のトンネル。のどかで色鮮やかな風景がウォーカーを魅了するコースを設定しました。

ぜひとも、お誘い合わせの上ご参加下さいますようご案内申し上げます。

開 催 日：平成25年11月10日（日） ※雨天は中止

集 合 場 所：目名地区多目的集会施設「布名見の里」駐車場（住所：東通村大字目名字掛畑3番地1）

集 合 時 間：午前10時00分～10時20分（スタート：午前10時30分）

コ ー ス：「布名見の里」スタート～村道大利方面へ～途中分岐し、立山地区～ほ場作業道～稔りふれあいロードを交差し、牧草地帯～林間道～大利部落内～大利地区内ブルーベリー園～稔りふれあいロードを交差～ほ場作業道～大利橋～「布名見の里」ゴール

・コースは約10kmの1コース、所要時間は約1時間から1時間30分

参 加 費：一人300円（保険料・昼食代として当日徴収致します）

昼 食：ウォーキング終了後、布名見の里において、昼食（サケ汁と赤飯）をご用意致します

申 込 方 法：氏名（ふりがな）、住所、年齢、連絡先を期日までに電話又はFAXによりお申し込みください

申込締切日：平成25年11月6日（水）

完 歩 証：完歩した方に「完歩証」を授与致します

注 意 事 項：安全で行動しやすい服装にしましょう

休憩場所での飲食物等は各自でご準備ください

持ち物は各自の責任で保管してください

＜お問い合わせ先＞ 東通ウォーキングクラブ（東通村いきいき健康推進課内）

TEL：28-5800 FAX：48-2510（担当：二本柳GL、伊勢田GL）

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勧めします！～

国民年金保険料の免除（全額免除・一部免除・法定免除）、若年者納付猶予、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歳から受けられる年金）の受け取り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分から収める（追納）ことができます。

ただし、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年度目以降に追納されると、当時の保険料額に一定の加算額が上乘せされます。

- ・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。
- ・「若年者納付猶予・学生納付特例期間」が「法定免除・申請免除期間」より先に経過した（古い）月分である場合は、「若年者納付猶予・学生納付特例期間」が優先します。
- ・「法定免除・申請免除期間」が「若年者納付猶予・学生納付特例期間」より先に経過した月分である場合は、どちらを優先して納めるか本人が選択できます。
- ・「若年者納付猶予・学生納付特例期間」の中では、先に経過した月分から納めることになります。
- ・「法定免除・申請免除期間」の中では、先に経過した月分から納めることになります。

※追納のお申込み・ご相談はお近くの年金事務所までお願いします。