

国民年金

産前産後期間は保険料が免除に

平成31年4月から、国民年金第1号被保険者が出産をした際に、出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間の国民年金保険料が免除されます(免除の対象は4月以降のみ)。なお、多胎妊娠の場合は、出産予定日が属する月の3カ月前から6カ月間の国民年金保険料が免除されます。

また、出産予定日の6カ月前から届出可能ですので、速やかに届出ください。ただし、届出ができるのは平成31年4月からになります。

※出産とは、妊娠85日(4カ月)以上の出産をいいます(死産、流産、早産された人を含みます)。

【申請に必要なもの】

- ・ 出産予定日が分かる書類(母子健康手帳等。出産日以降の申請の場合不要)
- ・ 個人番号確認書類(マイナンバーカードなど)
- ・ 本人確認書類
- ・ 印鑑(窓口来庁者が申請者本人の場合不要)

● 問い合わせ / 町民課保険医療係
 釧路年金事務所 ☎0154-22-5810

教室

心と体のセルフケア講座を 開催します

問い合わせ
健康づくり係
53-3333

町では、産前・産後女性の心身の回復などを正しく学ぶ講座を開催します。
講座では、バランスボールを使って有酸素運動、夫婦関係の変化に



ました。分別表をよく見て正しい分別でゴミを出しましょう。

また、赤ちゃん(平成30年8月17日以降に生まれた乳児に限る)も一緒に参加できます。

保育士による託児が必要な場合はご相談ください。

● 日時 / 3月15日(金)13時30分から15時30分

● 場所 / 保健福祉総合センター

● 講師 / 永野間かおり(NPO法人マドレボニータ産後セルフケアインストラクター)

● 対象 / ①妊婦(妊娠16週以降で経

過が順調な人)、②産

後女性(産

後1カ月健

診を終えた

人)、③そ

の他、①②

の配偶者な

どの家族、

講座内容に

関心のある

人(要相談)

● 定員 / 14

組(定員に

なり次第締め切り)

● 服装・持ち物 / 運動しやすい服装

・ 汗ふきタオル・飲み物・赤ちゃん

連れの人はオムツや着替え

● 申し込み / 健康づくり係

制度

出産祝金を 助成しています

問い合わせ
児童福祉係
53-3333

子どもの出産に対して、出産祝金を支給します。

● 対象者 / 平成30年4月1日以降に誕生した子どもを養育する人で、子どもの誕生時に厚岸町に住民登録がある人

● 助成額 / 対象児1人につき10万円

● 手続き / 子どもの誕生から3カ月以内に申請書に必要な事項を記入し、

児童福祉係、役場窓口サービス係または湖南地区出張所に申請

● 必要なもの / 申請者と世帯主の印鑑、振込先口座番号が分かるもの



保育所・幼稚園の 保育料を助成

問い合わせ
児童福祉係
53-3333

子どもが保育所や幼稚園に通っている家庭に、保育料を助成します。

● 対象者 / 町内に住所があり、子どもを養育している人で、次のいずれにも該当する人

▽ 子どもが保育所、幼稚園に入所または入園していること

▽ 現年度分の保育料を3月25日までに全額納付していること

▽ 過年度分の保育料に滞納がないこと

● 助成額 / 保育料の20%

● 手続き / 保育料を全額納付した日から3月29日までの間に、申請書に必要な事項を記入して児童福祉係へ申請してください

● 必要なもの / 申請者と世帯主の印鑑、振込先口座番号が分かるもの、保育料を納付したことが分かるもの(領収書など)