



国民年金

産前産後期間は 保険料が免除になります

国民年金第1号被保険者が出産したときや、出産予定日または出産日の前月から国民年金保険料が4カ月間免除されます。

また、多胎妊娠の場合は、出産予定日の3カ月前から、国民年金保険料が最大6カ月間免除されます。

対象は、出産日が平成31年2月1日以降の人です。

なお、免除の手続きは出産予定日の6カ月前から可能です。

産前産後期間の免除制度は、保険料が免除された期間も保険料を納付したのものとして、受給額に反映されます。

※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、早産された人を含む)

【申請に必要なもの】

▷ 出産予定日が分かる書類(母子健康手帳など)

※ 出産日以降の申請の場合は不要です

▷ 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(運転免許証など)

● 問い合わせ / 釧路年金事務所 ☎0154-25-1521
役場保険医療係

子育て

妊婦さんのための 『プレママひろば』

問い合わせ
健康推進係
53-3333

妊娠期にある妊婦やその家族が子育ての準備をしながら、すこやかに愛情を育めるように、妊娠週数に応じた胎児の人形に触れ、沐浴など赤ちゃんのお世話について学びます。

男性は『妊婦体験ジャケット』の試着も可能ですのでぜひご参加ください。

親子で過ごす遊びの広場『子育て支援センター』の見学もあり、子育て情報を提供します。

● 日時 / 10月24日(火) 13時30分から15時

時

- 場所 / 保健福祉総合センター
- 対象 / 町内在住の妊婦とその家族
- 締め切り / 10月13日(金)

木工センター

カッティングボードを 作ってみませんか

問い合わせ
木工センター
52-3451
林政係

木工センターの10月工作月間では『カッティングボード』を作ることができます。

● 期間 / 10月1日(日)から31日(火) (月曜日および祝日の翌日を除く)

● 場所 / 木工センター

情報館

- 時間 / 9時30分から15時30分
- 材料費 / 1作品分まで無料(使用料は自己負担となります)
- 申し込み / 木工センター、林政係
- ※ 希望日の3日前までに申し込み

臨時休館の お知らせ

問い合わせ
情報館
52-2246

図書館システム更新のため、情報館本館および分館を臨時休館します。
● 期間 / 10月24日(火)から31日(火)

秋の分館工作会

問い合わせ
情報館
52-2246

『紙皿で編むアクリルたわし』
紙皿の周りに切り込みを入れた簡易編み機で、アクリルたわしを作ります。ぜひ、ご参加ください。

- 日時 / 11月3日(金) 13時30分から
- 場所 / 厚岸情報館分館(社会福祉センター2階)
- 対象 / 小学生以上の人
- 定員 / 15人(受け付け先着順)
- 申し込み / 情報館本館・分館

スポーツ

あなたの体力年齢を 測定してみましょう

問い合わせ
スポーツ係
52-7785

厚岸町スポーツ協会では、町民の皆さんにそれぞれの体力や運動能力を知っていただくために、体力測定

職場での休憩に、
お子様のおやつに!

毎月第2・第4水曜日は
おやきの日

全品1個 **120円** 税込

ご注文数により少々お待ち頂く場合がありますので予めご了承ください



厚岸味覚ターミナル

コンキリエ

厚岸郡厚岸町住の江2丁目2番地
電話 0153-52-4139(ヨイミカク)

ホームページ <https://www.conchiglie.net/>

★北海道じゃらん道の駅満足度ランキング2023★
飲食部門 13年連続 No.1!

いんでしょ厚岸
**コンキリエ
大作戦!**

30
th
ANNIVERSARY

各店舗では、お得&限定メニューも! コンキリエへCome On!!



コンキリエ新CMはコチラ!