

国民年金保険料 口座振替・クレジットカード納付のご案内

金融機関等へ行く
手間が省ける
だけでなく、
割引もあります！



国民年金保険料は口座振替・クレジットカードでの納付が便利でお得です！

▶「口座振替」と「クレジットカード納付」の納付方法

	口座振替	クレジットカード納付	割引額
通常納付 (翌月末振替・納付)	16,520円	16,520円	
早割(当月末振替)	16,470円	16,520円	口座振替：50円
6か月前納	97,990円	98,310円	口座振替：1,130円 クレジット：810円
1年前納	194,090円	194,720円	口座振替：4,150円 クレジット：3,520円
2年前納	385,900円	387,170円	口座振替：16,100円 クレジット：14,830円

▶ 申込期限

- ・「6か月(4月分～9月分)前納」「1年前納」「2年前納」・・・**2月末日**までにお申し込みください
- ・「6か月(10月分～翌年3月分)前納」・・・**8月末日**までにお申し込みください

▶ 手続き方法

	提出書類	提出先	備考
口座振替	国民年金保険料口座振替納付申出書	口座振替を希望する金融機関、水戸南年金事務所、茨城町役場 保険課のいずれか	添付書類は不要です
クレジットカード納付	国民年金保険料クレジットカード納付申出書	水戸南年金事務所、茨城町役場 保険課のいずれか	名義人が本人・配偶者以外の場合は同意書が必要です

※申出書は年金事務所・茨城町役場の窓口、日本年金機構ホームページにあります。

【問合せ先】 水戸南年金事務所 ☎ 029-227-3278
茨城町 保険課 医療年金グループ ☎ 029-240-7113(直通)

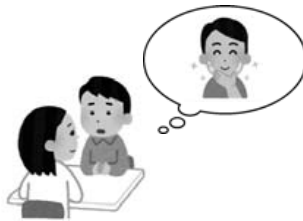
消費生活センター

若者を狙った消費トラブル～脱毛エステ～

成年年齢が18歳に引き下げられ、若者の消費トラブルでは「美(び)」に関する相談が男女問わず多く寄せられています。特に「脱毛エステ」については、特定事業者の倒産や返金遅延トラブルなどの相談件数が増加しています。

事例

広告に興味を持ち、体験のため脱毛エステ店に出向いたところ、通い放題プランを勧められ、分割払いで契約した。月々の支払いが大変なので解約したい。



▲トラブル防止のポイント

- **安さ・気軽さを強調する広告や、契約を急かす勧誘に注意！**
「今だけ」「無理なく通える」「今日契約したらこの価格」などと契約を急かされても本当に緊急性があるのか、冷静に判断しましょう。
- **契約はその後のことを考えて慎重に検討する**
脱毛エステは、長期間、かつ高額になりやすいうえ、学業や仕事などの環境の変化で通えなくなることも考えられます。契約前に、契約期間や支払い総額、解約条件等をしっかり確認し、納得したうえで契約しましょう。
- **契約後でもクーリング・オフや契約の取消ができる場合があります！**
契約書の内容をよく確認しましょう。

困ったときは早めに消費生活センターへ

【相談・問合せ先】 茨城町消費生活センター ☎ 029-291-1690 (直通)
相談受付時間 午前9時～正午 午後1時～4時 (土・日・祝日を除く)
消費者ホットライン ☎188 (局番なし)

接骨院・整骨院で施術を受ける場合

医療費の適正化にご協力ください

接骨院や整骨院での施術は、一定の要件を満たした場合に限り、健康保険が適用されます。

健康保険が適用される場合

外傷性が明らかな負傷のみ適用

- ・ねんざ、打撲、肉離れ
(急性または亜急性のもの)
- ・骨折及び脱臼の応急処置
(応急処置以外は、
医師の同意が必要)



健康保険が適用されない場合

全額自己負担になります

- ・疲労や慢性的な要因からくる肩こり、筋肉疲労
- ・脳疾患後遺症などの慢性病や、症状の改善がみられない長期の施術
- ・保険医療機関(病院、診療所など)で並行して同じ疾病の治療を受けている場合
- ・仕事や通勤中の負傷(労災保険の対象)

<接骨院・整骨院で施術を受けるときの注意点>

1 負傷の原因を正確に伝えましょう



負傷の原因(いつ、どこで、何を、どんな症状か)を正確にきちんと伝えましょう。また、交通事故等の第三者行為による負傷の場合には、必ず国保の担当窓口である保険課へ連絡をしてください。

2 柔道整復施術療養費支給申請書の内容をよく確認して、署名をしましょう



施術を受けたときに署名する「柔道整復施術療養費支給申請書」には、負傷原因、負傷名、日数、金額等が記載されています。内容をよく確認してから、署名をしましょう。

3 領収書は必ずもらいましょう



もらった領収書は保管しておき、後日届く医療費通知に記載されている金額・日数と合っているか確認しましょう。(※5月15日号の広報いばらきおしらせ版でもお知らせしたとおり、医療費通知の送付回数が、年5回から年2回に変更となりました。)

4 施術が長引くときは、医師の診察を受けましょう



施術が長期にわたる場合、内科的要因も考えられます。医師の診察を受けましょう。

<施術内容を照会することがあります>

健康保険で柔道整復師にかかった方に、負傷原因や施術内容などについて照会する場合があります。これは医療費適正化の一環として、請求内容に誤りがないかの確認です。ご協力をお願いいたします。

安い!安心! ジェネリック医薬品を利用しましょう

【問合せ先】 保険課 国保グループ ☎ 029-240-7113 (直通)