

お知らせ

📢

皆さまからの寄付(11月分)
＝ありがとうございました＝

いただいた寄付は次の通りです。
※寄付はインターネットからも受け付けています。
☎管財係 5984-2807

新美術館・図書館をみんなでつくるう	1万5000円(6件)
全国都市農業フェスティバル2025を応援！	2,000円(1件)
児童養護施設などで育った若者を応援！	10万4000円(5件)
医療的ケア児・障害児とその家族を応援！	11万4000円(3件)
ひとり親家庭体験格差解消プロジェクト！	1万4000円(2件)
練馬みどりの葉っぱい基金	22万3781円(8件)
人も動物も幸せに生きられるまち実現のため	2万2000円(5件)
図書館サービスの充実のため	4,000円(2件)
子育て支援のため	1万4000円(2件)
障害者福祉とやさしいまちづくりの推進！	1万2000円(2件)
地震などの災害から練馬のまちを守りたい！	1万2000円(2件)
ねりまの森の音楽祭のため	2,000円(1件)
練馬区のため	11万円(2件)
練馬区社会福祉協議会へ	22万7516円(5件)

若者自立支援事業(ねりま若者サポートステーション・居場所)の家族懇談会

📅15～49歳の未就労やひきこもりなどの状態にある方の家族📅2月7日(土)午後2時～4時📍春日町青少年館📄30名(先着順)📄ねりま若者サポートステーションHPまたは電話で同ステーション☎5848-8341(木・日曜を除く)

税

特別区民税・都民税・森林環境税(第4期)納期限は2/2(月)

コンビニやモバイルレジ、PayPayなどの電子マネー、ペイジーなどで納付できます。 ※納付が困難な方はご相談ください。
📍納付案内センター☎5984-4547

国民年金

65歳になったら老齢基礎年金の受給手続きを

国民年金(老齢基礎年金)は、原則として受給資格期間が10年以上ある方が、65歳から受け取れます。受給資格がある方は、受給開始年齢を60～64歳に繰り上げたり、66～75歳に繰り下げたりできます。

受給には請求手続きが必要です。手続きの時期や場所、必要書類などは事前にお問い合わせください。
※特別支給の老齢厚生年金や退職共済年金を受給中の方が、65歳になって老齢基礎年金を請求する場合は、誕生月に送付される年金請求書のハガキを日本年金機構へ郵送してください。
📍練馬年金事務所☎3904-5491 ※国民年金第1号被保険者(自営業者など)期間のみで受給資格期間を満たした方は国民年金係☎5984-4561でも受け付けます。

後期高齢者医療制度

医療費のお知らせを1/26(月)に発送

後期高齢者医療制度に加入中で、令和6年9月～7年8月に医療機関を受診した方へ発送します。
📍東京都後期高齢者医療広域連合お問合せセンター☎0570-086-519

国民健康保険・後期高齢者医療制度

葬祭費を支給します

国民健康保険・後期高齢者医療制度の加入者が亡くなったとき、葬儀を行った方(喪主)に7万円を支給します。詳しくは、区HPをご覧ください。ただくか、お問い合わせください。
▶申請期間:葬儀の翌日から2年間

📍国民健康保険…こくほ給付係☎5984-4553、後期高齢者医療制度…後期高齢者資格係☎5984-4587

交通事故などでケガをしたときは届け出を

交通事故や傷害など第三者の行為によって受けた傷病の治療費は、相手方が過失割合に応じて負担するのが原則です。ただし、相手方からの賠償が遅れる場合などは、一時的に国民健康保険や後期高齢者医療制度を利用して治療を受けられます。その場合は、必ず事前にご連絡ください。
📍国民健康保険…こくほ給付係☎5984-4553、後期高齢者医療制度…後期高齢者資格係☎5984-4587

福祉・障害のある方

区内障害福祉サービス事業所(通所)の利用説明会

📅障害があり通所を希望する方、特別支援学校高等部を来年3月に卒業見込みの方など📅2月25日(水)午前10時～正午📍ココネリ3階📄就労移行支援事業所、就労継続支援事業所、生活介護事業所などの利用説明・個別相談📄当日会場へ📍就労支援係☎5984-1387📠5984-1215

2/6(金)11:00 Jアラートの試験放送を実施

無線放送塔からJアラート(全国瞬時警報システム)の試験放送を行います。放送内容は、自動音声応答サービス☎0120-707-111でも確認できます。
📍防災施設係☎5984-2602

区の友好都市!

長野県上田市「稲倉の棚田」を応援しませんか?
～米作り体験カカワリ隊を募集!

日本の棚田百選に選ばれた「稲倉の棚田」の支援者を募集します。▶区の担当:国際・都市交流担当係📄稲倉の棚田HP📍上田市農業政策課☎0268-21-0053

📄農作業体験コース

田植えや稲刈りなどを体験できます(水の管理や草刈りなどの日常的な管理は保全委員会が行います)。

コース	年会費	特典(稲倉の棚田産)
エリアオーナー	12万1000円	コシヒカリ玄米90kg
シェアパートナー	4万4000円	コシヒカリ玄米30kg

※なくなり次第終了。
※他のコースもあります。詳しくは、同HPをご覧ください。

📄協力金コース

棚田の保全活動を応援できます(農作業体験はありません)。

金額	主な特典(稲倉の棚田産)
1万1000円	コシヒカリ2合パック×3個、せっけん、オリジナルエコバッグ
5,500円	コシヒカリ2合パック×1個、せっけん
1,100円	オリジナルステッカー

退職前に考えましょう

退職後の健康保険

職場の健康保険に加入していた方が退職して、家族が加入する健康保険などの扶養にならない場合、健康保険の加入方法は、主に次の2つです。月々の保険料が異なるので、退職前に調べた上で、どちらに加入するか考えましょう。

1国民健康保険に加入する

加入手続きが必要です。手続きが遅れた場合でも、保険料は職場の健康保険をやめた日までさかのぼってお支払いいただきます。▶必要書類:①健康保険の資格喪失証明書②届け出人の本人確認書類(マイナンバーカードや運転免許証など)③世帯主と加入する方のマイナンバーが確認できる書類 ※代理人が届け出をする場合は、委任状も必要です。▶受付窓口:こくほ資格係(区役所本庁舎3階)、こくほ石神井係(石神井庁舎2階)、区民事務所(練馬・石神井を除く) ※届け出は郵送も可。詳しくは、お問い合わせください。

2職場の健康保険を任意継続する

職場の健康保険に一定期間加入していた場合は、退職後20日以内に健康保険組合などで手続きをすると、その保険を継続できます(最長2年間。退職後2年以内に75歳になる場合はその前日まで)。 ※職場の健康保険でも、国民健康保険組合の場合は、任意継続制度はありません。

区分	保険料(介護分保険料を含む) ※令和7年度現在。	
	計算の仕方	月平均最高限度額
1国民健康保険に加入	前年の所得から算定	9万833円(年109万円/世帯)
2職場の健康保険を任意継続	退職時の標準報酬月額(給与月額)から算定(在職中の約2倍)	・協会けんぽ…3万6800円 ・健康保険組合…健康保険組合により異なる

問合せ

国民健康保険…こくほ資格係☎5984-4554
協会けんぽ…全国健康保険協会東京支部☎6853-6111
健康保険組合…これまで加入していた健康保険組合

世帯と人口 [1月1日現在]	世帯数		総人口 750,559(-329)		日本人 720,897(-249)		外国人 29,662(-80)		年齢別人口		
	400,678 (-342)		男 362,652		男 348,372		男 14,280		14歳以下	15～64歳	65歳以上
	※()内は前月比。 ※住民基本台帳による人口。		女 387,907		女 372,525		女 15,382		83,589(-149)	501,992(-197)	164,978(+17)