



国民年金



国民年金保険料は口座振替がお得です

国民年金保険料の納付には、口座振替がご利用になります。

口座振替には、当月分保険料を当月末に振替納付することにより、月々50円割引される「早割制度」や、現金納付よりも割引額が多い「6カ月前納」「1年前納」「2年前納」もあり大変お得です。

口座振替をご希望の方は、納付書または年金手帳、通帳、金融機関届出印を持参の上、ご希望の金融機関または年金事務所へお申し出ください。

日本年金機構・年金事務所からのお知らせ

●資格期間が10年未満の方へ

「年金加入期間の確認のお知らせ(案内)」を送付しています。お手元に届いたら必ずご確認ください。年金事務所へ相談の際は、「ねんきんダイヤル(0570・05・1165)」へ予約をお願いします。

●出張年金相談所の開設について

次の日時、場所において出張年金相談所が開設されます。年金について相談がある場合には、お気軽にお出かけください。

沼田市役所 2月1日(木)、2月15日(木)

中之条町役場 2月14日(水)

時間 午前9時30分～12時、午後1時～4時

がん市民公開講座

「がん患者」と「医療者」のすきまを埋めるために何が出来るか シンポジウム

●日時 2月10日(土)

午後1時～3時

●会場 国立病院機構沼田病院 地域医療研修センター

●参加者 どなたでも

●参加料 無料

●第1部

午後1時10分～40分

基調講演「そこにいるだけで価値ある存在」

講師 順天堂大学医学部病理・腫瘍学教授 樋野興夫先生

座長 岩波総合診療部長

●第2部

午後1時40分～2時50分

パネリスト イスカッション

座長 根岸副院長

青山地域医療連携係長

パネラー

患者代表、医師他 7名

●申込・お問い合わせ

国立病院機構沼田病院

がん診療推進室

☎0278-2333972

サイバーセキュリティ月間

2月1日から3月18日まで「サイバーセキュリティ月間」です。

インターネットは今や生活に欠かせないツールですが、一方で、インターネットを悪用した詐欺やサイバー攻撃による情報流出などのさまざまな問題が発生しています。

インターネットを安全に利用するために、日頃から点検を必要とする対策を行いましょう。

●特に必要な4つの対策

- WindowsなどのOSやインターネットを見るときに使う動画ソフトウェアは最新の状態にしておく
- ウイルス対策ソフトを導入し、ウイルス定義ファイルを最新の状態にしておく

- パスワードは自宅の鍵

と同じように大切に取り扱い、他人に知られないよう管理する

●身に覚えのない電子メールに注意し、添付ファイルなどは安易に開かない

詐欺やウイルス被害にあった場合は一人で悩まず、セキュリティに詳しい人に相談したり、警察の相談窓口にご相談したりしてください。

●県警察の相談窓口

●サイバー犯罪情報・被害相談

☎080・2350・0001

※午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日を除く)

●総合相談窓口

☎027・224・8080 短縮ダイヤル #9110

※24時間受け付け

・問い合わせ先

県警察本部警務課

☎027・243・0110

内線2682