

国民年金

一口座振替の「早割」がお得で便利！
国民年金保険料は忘れずに納めましょう

国民年金保険料の納め忘れはありませんか？

国民年金の「第1号被保険者（農業や自営業者、学生など）」は、月額16,980円の保険料を納めなければなりません。

保険料を納め忘れて未納のままにしていると、将来受ける年金額が減額になったり、年金が受けられなくなる場合があるばかりか、万が一の事故などで障害者になったときの障害年金や、一家の支え手が亡くなったときの遺族年金が受けられなくなる場合があります。

納め忘れている方は早めに納めましょう。

保険料の納付には口座振替の「早割」^{はやくわり}がお得で便利ですので、ぜひご利用ください。これは、口座振替の指定日を納付期限より1カ月早めることで、1カ月当たりの保険料が60円割引になる制度です。また、一度手続きをすれば、その後は毎月の保険料が指定の預貯金口座から定期的に引き落とされるので、納め忘れの心配もありません。

納付書によるお支払いの場合は、任意の月分から当年度末または、翌年度末までの保険料をまとめて前納することもできます。例えば、令和6年6月分から令和7年3月分の10カ月分を毎月納付した場合は、169,800円。前納した場合は167,330円で、2,470円がお得になります。

●国民年金保険料に関するお問い合わせ先

・渋川年金事務所 国民年金課

(0279・22・1607)

吾妻保健福祉事務所における
HIV・性感染症相談・検査について

吾妻保健福祉事務所では、HIV・性感染症の相談と検査を無料・匿名で実施しています。

●相談・検査日時

・日中検査…隔週の火曜日午後1時から2時

・夜間検査…午後5時30分から6時30分（令和6年度は計4回を予定）

※検査日やWeb予約の方法は、群馬県庁ホームページ「エイズ検査」で検索してください。

●お問い合わせ先

吾妻保健福祉事務所（保健所）

0279・75・3303



▲検査日・相談先



▲Web予約

見守り
新鮮情報

事例1

宅配業者名でSMSが届いた。ちょうど荷物が届く予定だったので、SMSに書かれていたURLをクリックして、記載されていた指示とありに、IDやパスワード等を入力した。しかし、その後11万円を不正利用されていたことが分かった。（60歳代）

事例2

スマートフォンに「ETCカードを更新するように」とのメールが頻繁に入るようになった。所有しているクレジットカード会社発行のETCカードの手続きが必要なのかと思い、URLを開いてメールアドレスやパスワード、クレジットカード番号等を入力した。その後、カード会社に連絡をすると覚えのない決済があり、1万2千円が使用されていた。（70歳代）



SMSやメールでの
フィッシング詐欺に注意



宝くじがネットで購入できる！

宝くじの収益金は、明るく住みよいまちづくりに使われます

宝くじ公式サイト | Q



お問い合わせ先

宝くじコールセンター

TEL 0570-01-1192（ナビダイヤル 有料）

TEL 011-330-0777（有料）

カーボンニュートラル通信(6月号) 「しんきゅうさん」でエアコンをかんたん比較



25℃を超える夏日がだんだんと増えてきました。今月号からは、省エネ製品の比較・買換を案内してくれる「しんきゅうさん」サービスをご紹介します。今回は、これからの時期に活用するエアコンのかんたん比較を行いました。

同じメーカーのエアコンを15年前と最新のものとで比較すると、『年間電気代 約6,570円お得』という結果になりました。お得な省エネ製品に買い替えるときに参考にしてみてはいかがでしょうか。



〈エアコンのかんたん比較の結果〉

《お問い合わせ先》 高山村カーボンニュートラル推進協議会(事務局：地域振興課)
☎0279-63-2111(内線21)

6月の星空

○星図の説明

6月15日午後9時の高山村の星空。
月初めの午後10時、月末の午後8時頃
にも同じ星空になります。(「月」を除く)

6月15日 スマホやデジカメで
月を撮ろう
16日 月を見よう
★毎週水曜 『ほしぞら21時』
YouTube生配信

※詳細は、ぐんま天文台HPをご覧ください。





01.群馬県の移住促進推進会議が開催されました

群馬県では、県・市町村・関係団体が連携して『ぐんま暮らし』を推進しており、先日も合同会議が県庁にて開催されました。県内の移住促進従事者の交流会も兼ねた会議では、オンラインも含めて87名が参加し、移住施策の事例や各地域の課題など共有されました。

高山村からは移住・定住コーディネーター2名が参加し、空き家問題や地域との関係づくりについて議論してまいりました。



02.移住希望地ランキングで全国2位の群馬県！高山村への移住相談の傾向は？

直近のふるさと回帰支援センターが発表した移住希望地ランキングでは、群馬県は過去最高の2位となりました。ここ高山村では昨年度50件以上の移住相談があり、その多くは『子育て世代』でした。「子どもが自由に遊べる環境がありそう」「医療費が無料で子育てしやすい」などが、高山村に興味を持っていたきっかけでした。

03.DIY体験！壁塗りワークショップを開催します

高山村で塗装屋を営む方を講師に招き、外壁の塗装について教わります。

塗装前の下準備、塗装のコツなどを教われば、ちょっとした塗り替えは自分でできちゃうかも!?実際に空き家となった民家の戸袋を塗装していただきます。関心がある方はどなたでもご参加ください。お子様のご参加も歓迎です。

日 時：6月15日(土) 9時30分～15時30分

定 員：8名

参加費：500円(昼食代込み)

場 所：高山村 移住定住促進住宅(戸室地区)

持ち物：飲みもの、作業手袋、汚れてもいい格好、帽子、
タオル、虫除け対策

申込み：takayama.iju@gmail.com



04.移住者の体験談を発信しています

令和5年度から、インターネットメディアで高山村へ移住した先輩達のインタビュー記事を公開しています。これまで高山村に移住した人達にスポットをあて、高山村での生活や魅力を発信しています。ぜひWEBサイトにアクセスして目を通してみてください。

また、村外から高山村に住まいを移された方に対して、定期的にインタビューを実施しております。「あなたの移住・定住のお話」を教えていただける方を募集しております。

応募はこちらから↓



<https://x.gd/WnSzC>

こちら地域おこし協力隊

じょう とも こ
城 智子



春を迎え、キッチンカーでも大きなイベントに参加させてもらえる機会も増えてきました。平日には新たなワーカー向けのランチ店にも挑戦、場所によつての需要の違いに苦戦しながらも、たくさんの経験を積ませてもらっています。

最近では、村のお米でつくった「甘酒ドリンクメニュー」が好評です。村の野菜が出てくるこれからの時期に向けた新しいメニュー開発も進めていきたい

と思っています。



にしかど ま み こ
西角 麻美子



春になってブドウたちが芽を出してくれました。遅霜の心配もなさそうなので、一安心です。

昨年仕込んだワインの瓶詰をしました。もうしばらく瓶の中で熟成させます。完成しましたら、またご報告したいと思っています。

ブドウ畑ではいろいろな方が声をかけてくれて励みになります。畑も忙しくなりますが、引き続きご指導よろしくお願ひいたします。



ありみち や ま と
有路 大倭



私は今、こんにゃく芋農家さんで研修をしております。

現在は、畑の整備や土壌消毒の作業でトラクターや機械を使い、やり方を教えてもらっています。

また、協力隊で借りているトライアルファームでは、畑の整備とマルチシートの準備が終わり、さまざまな野菜の苗を植えるところまで出来ており、自分の管理している所では2種類のカボチャとズッキーニの苗を植えました。今後も夏に向けてたくさんの野菜を育てていく予定です。



とくなが さ と し
徳長 悟史



昨年度は、農家の1年間というものを学び、夏の忙しさや作物を育てる厳しさを身をもって感じる事ができました。それは、自分にとって基礎を築く大切な1年であり本

当に充実した年でもありました。

2年目は、就農後の自分をより明確に描けるよう、視野を広げて全力で勉強していきたいと思います。



6月の行事予定

- 3日 いぶきの湯 休館日
6～12日 高山村議会第2回定例会
10日 ふれあいプラザ さとのわ 休館日
23日 吾妻郡消防ポンプ操法競技大会
26日 さわやかあいさつ運動



○Free Wi-Fi 情報○

高山村役場、高山村保健福祉センター
たかやま未来センターさとのわでは
FreeWi-Fiが使えます！
お越しの際にはぜひご利用ください。

役場、さとのわ

SSID : muranowifi
PASS : 0279632111

保健福祉センター

SSID : hokenfukushicenter
PASS : 0279631311



リトルミュージアム

「アジサイ時計」をつくりました！

のがみ まさと さん
「大きくなったら、【S】の運転士」
になりたいですー！」



よしだ あきと さん
「大きくなったら、【大工】になり
たいですー！」



さとう まゆ さん
「大きくなったら、【すてきなママ】
になりたいですー！」



あべ ようへい さん
「大きくなったら、【YouTub
er】になりたいですー！」

