

国民年金

納めた国民年金保険料は全額
が社会保険料控除の対象です

国民年金保険料は所得税法および
地方税法上、健康保険や厚生年金な
どの社会保険料を納めた場合と同様
に、社会保険料控除としてその年の
課税所得から控除され、税額が軽減
されます。

控除の対象となるのは、令和7年
1月から令和7年12月までに納めら
れた保険料の全額です。過去の年度
分や追納された保険料も含まれます。
また、ご自身の保険料だけでなく、
配偶者やご家族の負担すべき国民年金
保険料を支払っている場合、その保険
料も合わせて控除が受けられます。

このため、令和7年1月1日から
令和7年9月30日までの間に国民年
金保険料を納付された方には、11月
月上旬に日本年金機構から「社会保険
料(国民年金保険料)控除証明書」が
送られますので、年末調整や確定申
告の際に使用してください。令和7
年10月1日から令和7年12月31日ま
での間に、今年はいじめて国民年金保
険料を納められた方へは、翌年の2
月上旬に送られます。

「社会保険料(国民年金保険料)控
除証明書」は、マイナポータルから
「ねんきんネット」にログインし、
電子送付希望の登録を行うと、マイ
ナポータルの「お知らせ」にて電子
データで受け取ることができます。郵
送よりも早く受け取ることができます。
登録後は書面の郵送が停止されます。
税法上とても有利な国民年金は、
老後はもちろん不慮の事故など万一
のときにも心強い味方となる制度で

す。保険料は納め忘れのないようき
ちんと納めましょう。
くわしくは年金事務所にお問い合わせ
してください。

・渋川年金事務所 代表 ☎027
9・22・1614

11月30日(いみらい)は 「年金の日」です！

厚生労働省では「国民一人お一
人「ねんきんネット」等を活用しな
がら、高齢期の生活設計に思いを巡
らしていただく日」として、11月30
日(いみらい)を「年金の日」とし
ています。

この機会に「ねんきんネット」で
ご自身の年金記録や年金見込額を確
認し、将来の生活設計について考え
てみませんか。

「ねんきんネット」をご利用いた
だくと、パソコンやスマートフォン
からいつでもご自身の年金記録を確
認できるほか、ご自身の年金記録か
らさまざまな条件を設定した上で、
年金見込額の試算をすることもでき
ます。

ご利用については、日本年金機構
ホームページをご覧ください。

●日本年金機構ホームページ
ジ(ねんきんネット)
https://www.nenkin.go.jp/n_net/

自衛隊は随時、自衛官
等を募集しております。
アクセスはこちらの二
次元コードで



群馬地本HP 二次元コード
<https://www.mod.go.jp/pcg/gunma/>

県営住宅12月定期募集のご案内

入居可能日

当選後、入居資格審査の結果、承
認され次第個別に案内します。

所在地・間取り・募集戸数・家賃

県住宅供給公社ホームページ
(<https://www.gunma-jkk.or.jp/>)をご覧ください。

入居資格

現在住宅に困っている方、世帯の
収入が一定の金額以下であること
など

※連帯保証人は不要です。
※単身での申込みができる住宅も
あります。

※詳しくは申込案内書または県住
宅供給公社ホームページをご覧
ください。

申込み期間

令和7年12月1日(月)～15日(月)

申込み方法

所定の申込書を電子メールまたは
郵送により県住宅供給公社へ提出
申込書・申込案内書配布場所

県住宅供給公社(前橋市紅雲町)、
県民センター(群馬県庁2階)、県
土木事務所、県保健福祉事務所、
市役所・町村役場など

その他

入居者は公開抽選で選定します。
※随時申込みを受け付けている団地
もあります。詳しくはお問い合わせ
ください。

《お問い合わせ先》

県住宅供給公社
☎027・2223・5811
FAX 027・2223・9808

決算説明会のご案内

税務行政につきましては、日頃からご協力を
いただきありがとうございます。

中之条税務署では、青色申告決算書や収支内訳
書の作成方法および作成にあたっての注意点等につ
いて、次のとおり説明会を開催いたします。

なお、説明会は「事前予約制」で行いますので、
参加を希望される方は問い合わせ先までご連絡
をお願いいたします(定員に達した場合には、先
着順とさせていただきます。)

また、説明会で使用する資料は、当日、会場
で配付し、講師は税理士が行います。

対象となる方	開催日	開催時間	開催会場	定員数
事業所得を有する 青色申告の方	12月 9日(火)	10時00分～ 11時30分	中之条税務署 1階会議室	18名
事業所得を有する 白色申告の方	12月 10日(水)	10時00分～ 11時30分	吾妻郡中之条町 大字伊勢町1022 番地の1	18名

※注意事項

- 1 会場の駐車場は台数に限りがありますので、なるべく公共交通機関をご利用ください。
- 2 「青色申告の方」とは、青色申告承認申請書の提出がある方です。

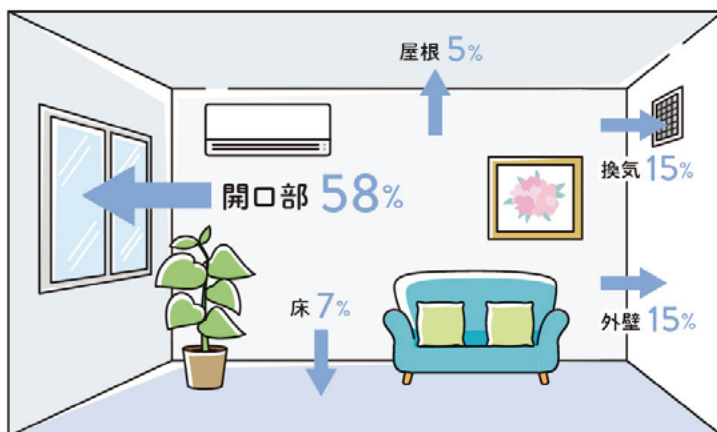
《お問い合わせ先》 中之条税務署 個人課税部門
記帳指導担当 ☎0279-75-9066(直通)

カーボンニュートラル通信(11月号) 窓の省エネ(断熱)

11月に入り、朝晩の冷え込みが感じられる季節になってきました。今回は、家庭でできる「窓の省エネ(断熱)」についてご紹介します。

冬の暖房中、室内の暖かい空気は思った以上に外へ逃げています。そのうち、約50%以上が「窓」から失われているといわれています(下図参照)。これは、ガラスやアルミサッシが熱を伝えやすく、またすき間から冷たい外気が入りやすいからです。つまり、窓の断熱対策が、家全体の断熱のカギになります。

そこでおススメなのが、カーテンを上手に使う方法です。カーテンを閉めると室内と窓の間に「空気の層」ができ、暖かい空気が外へ逃げにくくなります。とくに厚手のカーテンや床まで届く長さのカーテンは、冷気の侵入をさらに防ぎ、暖房効率を高めてくれます。また、レースカーテンと厚手カーテンの二重使いや、断熱・遮熱効果のあるカーテンを選ぶのも効果的で、暖房の効きが良くなり、電気代の節約にもつながります。この冬は、ぜひご家庭でも「窓からの断熱」を意識して、快適で省エネな暮らしを実践してみましょう。



出典：一般社団法人 日本建材・住宅設備産業協会より提供

《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)

11月の星空

○星図の説明

11月15日午後8時の高山村の星空。

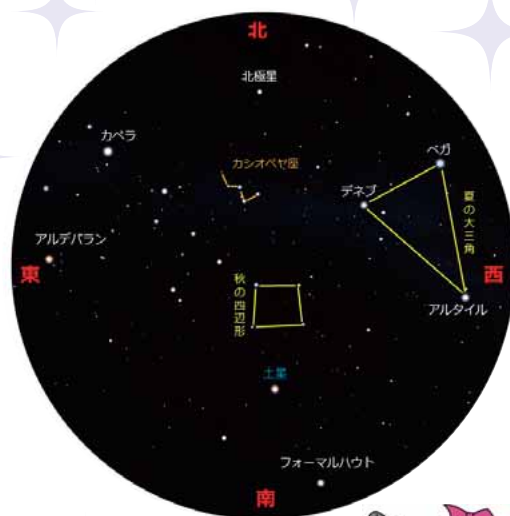
月初めの午後9時頃、月末の午後7時頃にも同じ星空になります。(「月」を除く)

月と地球との平均距離は、約38万4400kmですが、11月5日は、約35万7000kmと今年最も近くなるため満月が大きく見えます。

- 5日まで 11月30日開催
「望遠鏡使用資格取得講習会」申込み締切
- 7日～ 11月29日開催
「はじめての望遠鏡教室」申込み開始
- 15日 双眼鏡で天体を探そう

「宇宙・私の夢」絵画展開催中

※詳細は、ぐんま天文台HPをご覧ください。





さとのわ通信

Vol.8

さとのわカフェ

栗かぼちゃのポタージュとジェラート

今年も秋の味覚・栗かぼちゃを使った期間限定メニューが登場。ポタージュは上品な甘さと濃厚なコクがあり、心も体もほっと温まる味わいに。

ジェラートは、栗のような香りを引き出し、濃厚なコクと甘み、そしてすっきりとした後味が特徴です。高山村の秋を感じられる、季節限定の味をお楽しみください。



有機JAS・幻の天然原木舞茸を使ったスープ

高山村で採れた「有機JAS・幻の天然原木舞茸」を使った特別なスープ。1年のうち、わずかな時期にしか採れない貴重な舞茸を、より多くの方に楽しんでもいただくために冷凍保管し、香りと旨みをさらに凝縮。その凝縮された旨みをもとに、高山村産の白菜や根菜を中心に、素材の力を活かして仕上げました。香り高く、深い旨みを感じる濃厚なスープです。



★ 豆知識 ★ きのこと類は、冷凍すると細胞壁が壊れ、食材の中に眠っていた旨み成分が外に溶け出しやすくなり、香りや深みが増すうえ、保存も出来るのでおすすめです。

さとのわフードファクトリー

■ ルバーブジャムの開発

高山村産のルバーブを使ったジャムの試作が進んでいます。砂糖の量や煮詰め方を調整しながら、ルバーブが持つ酸味とフルーティーな香りを引き出しています。

ヨーグルトやトーストにもぴったりの自然な甘酸っぱさを目指して開発中です。11月からお楽しみいただけます。



《お問い合わせ先》 たかやま未来センターさとのわ ☎0279-25-8833



●『第21回ふるさと回帰フェア2025』 出展

東京国際フォーラムで開催した本イベントに、今年は吾妻郡6町村合同で出展しました。当日は全国から多くの来場者があり、ブースには20代～70代の幅広い相談者が約30組お立ち寄りくださいました。短い時間ながらも高山村のみならず吾妻地区の魅力をお伝えし、移住希望者の声を直接伺う貴重な機会となりました。

特に多く寄せられたご質問は「どんな住まいの選択肢があるのか」という点であり、改めて住まい探しに移住希望者にとって最も重要な関心事であることを実感しました。

一方で、村内でご紹介できる物件はまだ少なく、せっかくの関心に十分応えきれていない状況です。引き続き、村内の住まい確保に努めてまいりますので、空き家に関する情報があれば、お気軽にご相談ください。



高山村での3年間ー

高山村地域おこし協力隊 高橋 君子

3年間、高山村の山に囲まれ、新緑と紅葉と白い雪景色と農家の先輩方、役場の方と、さまざまな場面で恵みをいただき誠にありがとうございました。

おもてなし専門学校の寮にポツンと1人から高山村での生活が始まり、高山村で3回引っ越しする中で畑が見つかり、研修では伊勢崎の農業技術センターに毎日通い、山梨県や長野県、広島県の農家さんにも学びに行きました。

栽培した作物はたくさんの方に食べていただき好評で、さらに美味しく安心して召し上がっていただける物を追求してまいりたいと思います。

東京の保育園や企業の方々にも、お世話になっている農家さんの作物を紹介させていただきましたが、いろんな方が笑顔になられて私も嬉しく笑みが浮かんだ日のことを忘れず、3年間の経験をより良いものへとステップアップして進んで行きたいと思います。

大変お世話になりました。ありがとうございました。

