



**介護予防センター**  
TEL 049・264・7270

■霞ヶ丘1・5・1

■一般駐車場はありません。障がいなどにより駐車場の利用が必要な場合は、事前にご連絡ください。

■新規に介護予防センターの利用登録をする人は、本人確認書類(健康保険証など)をお持ちください。

●夏休み特別企画「みんなで朝活」

ふじみんぴんしゃん体操をします。年齢を問わず参加できますので、ご家族、お友達をお誘いあわせのうえ、朝の時間を有効利用しませんか。

日時 8月12日(土)・19日(土)

午前7時30分～8時

場所 介護予防センター1階

介護予防ホール

定員 50人(先着順)

**県セカンドキャリアセンター**

TEL 049・265・5844

●シニアのための就職支援セミナー & 個別就職相談会

シニア世代が充実した生活を送るためには、就労を通じた健康維持が重要です。健康を基本としたキャリアデザインを考えてみませんか。

日程 9月15日(金)

時間 セミナー 午前10時～正午

個別就職相談会 ①正午～午後0

時30分 ②0時30分～1時 ③1時～

1時30分

場所 上福岡西公民館

内容 セミナー 就労による健康維

持ち物 動きやすい服装、飲み物、汗拭きタオル

※当日、直接会場にお越しください。



**大井総合福祉センター**

TEL 049・266・1111

■大井中央2・2・1

■初めて利用する人は、利用者登録が必要です。本人確認書類(健康保険証など)をお持ちください。

■場所 大井総合福祉センター1階

ふじみんぴんしゃんホール

●文京学院大学の学生が詳しく教えるスマホ教室開催

基本的なスマートフォンを使い方を、ソフトバンク(株)の協力で学生が教えます。スマートフォンを持っているけれど、「電話やメール機能しか使えていない」、「気になることを

持とキャリアプラン

講師 平城義行さん(キャリアコンサルタント)

対象 概ね60歳以上の人

定員 セミナー 50人(申込順)

個別就職相談会 各回3人(申込順)

申込方法 平日午前9時～午後5時

に電話(TEL 049・265・58

44)で申し込む



申込不要!

## ふじみんぴんしゃん体操



お昼のぴんしゃん体操で、楽しくからだを動かしましょう。

実施日 毎週月曜日～土曜日

時間 正午から30分間

場所 大井総合福祉センター1階

ふじみんぴんしゃんホール

定員 30人(先着順)



大井総合福祉センター  
(TEL 049・266・1111)

## 国民年金の任意加入制度

60歳までに老齢基礎年金の受給資格を満たさない場合や、40年の納付済期間がなく満額受給できないときに年金額の増額を希望する場合は、60歳以降でも国民年金に任意加入することができます。

ただし、申し出のあった月からの加入となり、さかのぼっての加入はできません。

**任意加入の条件** 次の全ての条件を満たす人

- ①国内に住所を有する60～64歳
- ②老齢基礎年金の繰上げ支給を受けていない
- ③20～59歳の保険料の納付月数が480月(40年)未満
- ④厚生年金保険や共済組合などに加入していない

※受給資格期間を満たしていない65～69歳の人でも加入できます。外国に居住する20～64歳の日本人も加入できます。

**加入手続きの留意点** 外国に居住する20～64歳の日本人を除き、保険料の納付方法は原則、口座振替です

**手続きに必要なもの** (1)顔写真付きの本人確認書類(2)基礎年金番号が分かる書類(3)預(貯)金通帳とその届出印

申 川越年金事務所 (TEL 049・242・2657)、  
保険・年金課 (TEL 049・262・9020)



検索したり、アプリを使ってみたい」という人におすすめの教室です。

日時 9月9日(土)午後1時30分～3

時30分(1時15分から受付)

対象 市内在住の60歳以上でスマー

トフォンを持っている人

※スマートフォンを貸し出しはありません。

定員 20人(申込順)

申込方法 8月5日(土)から大井総合福祉センター1階事務室か電話

(TEL 049・266・1111)で

申し込む



●健脚いきいき教室(腰・膝痛予防)

日時 8月18日(金)・25日(金)、9月1

日(金)・8日(金)・15日(金)・22日(金)

午後2時～3時30分

対象 全日程参加できる市内在住で60歳以上の人

定員 25人(申込順)

申込方法 8月5日(土)から大井総合福祉センター窓口で申し込む

**高齢福祉課**

TEL 049・262・9037

●敬老祝金のご案内

喜寿・米寿・白寿を迎えた人の長寿をお祝いし、敬老祝金を9月に贈呈します。対象者には、9月上旬に通知を郵送します。

※10月1日～3月31日生まれの人は来年3月に贈呈。詳しくは、市報2月号に掲載予定。

対象・金額 左表のとおり

対象	金額	対象者の生年月日
喜寿(満77歳)	7,000円	昭和21年4月1日～昭和21年9月30日生まれ
米寿(満88歳)	20,000円	昭和10年4月1日～昭和10年9月30日生まれ
白寿(満99歳)	50,000円	大正13年4月1日～大正13年9月30日生まれ

※9月1日時点で引き続き2年以上市内に住み、市に住民登録がある人。