

国民年金保険料の割引制度をご存知ですか？  
「保険料の納付は、口座振替や前納がお得です」

自営業・学生など第1号被保険者が納める令和7年度の保険料は月額17,510円です。送付された納付書にもとづき、毎月納めることもできますが、口座振替や、クレジットカードによる納付方法があります。また、まとめて納める前納にすると、保険料が割引されます。

口座振替

納め忘れがなく、手続きも簡単な口座振替は、保険料の割引制度も利用できますので、お勧めです。

毎月保険料を納めるなら、当月分の保険料を当月末に引き落とす「早割」を申し込むと月額60円の割引になります。前納すれば、さらに割引があります。

前納

6か月分や1年分をまとめて納める前納にすると、保険料が割引になります。クレジットカード納付や納付書による現金納付もできますが、口座振替で前納するほうが割引率は高くなります。また、2年度分の保険料を前納する2年前納の制度もあり、さらに割引率が高くなっています。

◆前納した場合の定額保険料額の比較表（令和7年度金額）

納付方法	前納する期間	前納する保険料額	毎月現金納付の保険料額	前納と毎月現金納付を比べた割引額
現金	1年	206,390円	210,120円	3,730円割引
口座振替	6か月	103,870円	105,060円	1,190円割引
口座振替	1年	205,720円	210,120円	4,400円割引
口座振替	2年	408,150円	425,160円	17,010円割引

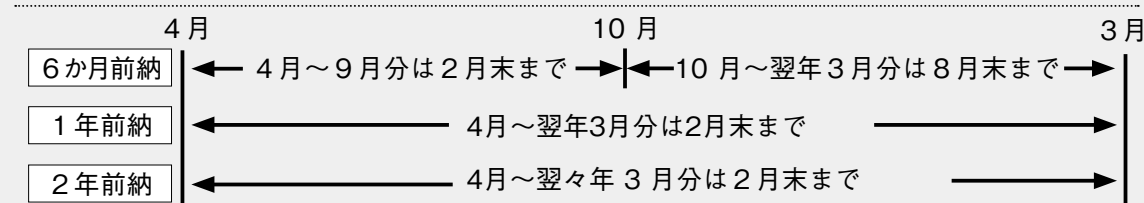
※令和8年度の保険料額は、令和8年2月下旬に告示される予定ですので、若干変動があります。

お申し込みは簡単！

「口座振替申出書」に必要な事項を記入・押印（金融機関への届出印）し、金融機関又は役場住民課の窓口へ提出してください。なお、郵送の場合は、帯広年金事務所へ提出してください。

※「口座振替申出書」は、金融機関、役場住民課、帯広年金事務所の窓口にあります。

●前納の申し込みは下記のとおり期限があります。ご注意ください。  
（申込み書類に不備等があれば、期限までに間に合わない場合がありますので、お早めにお手続きください）



- 令和8年4月からの2年・1年・6か月前納の申し込みは、2月末までに金融機関または帯広年金事務所に提出してください。
- 郵送の場合、郵便物の到着までに日数がかかりますので、早めに投函していただきますようお願いいたします。
- 現金での2年前納を希望される場合は、事前に申出が必要です。  
詳しくは、日本年金機構帯広年金事務所（☎0155-25-8113）へお問合せください。

※年度の途中でまとめて口座振替・クレジットカード納付ができます。詳しくは日本年金機構ホームページからご確認ください。



問合せ先  
帯広年金事務所（帯広市西1条南1丁目）  
役場住民課戸籍年金係 ☎0155-25-8113  
574・2213

介護保険サービスを  
利用するには要介護認定が必要です

高齢になり、日常生活で支援や介護が必要になった場合に、要介護認定の申請を行い、要介護または要支援と認定された方が、一定割合（1～3割）の自己負担で利用できる各種サービスのことを「介護保険サービス」といいます。

今回は広報とよころ10月号、12月号でご紹介した各種サービスを利用するまでの流れについてご紹介します。

利用の流れ

- ① 相談  
日常生活で支援や介護が必要と感じた時には、地域包括支援センター（福祉課包括支援係）にご相談ください。
- ② 申請  
介護保険サービスの利用を希望する場合は要介護認定申請書を提出します。  
※氏名や住所、主治医の情報などを記入します。
- ③ 認定調査  
調査員が自宅や入院先を訪問し、本人や家族の協力のもと日常生活動作の確認や聞き取りを行います。
- ④ 審査・判定  
「認定調査」の結果と「主治医意見書」をもとに国の基準に基づく判定（一次判定）と介護認定審査会（二次判定）で判定されます。
- ⑤ 認定結果の通知からサービス利用まで  
審査の結果に基づいて【要支援1】から【要介護5】までの区分が決まります。  
認定結果をもとにケアプラン（サービス利用計画書）が作成され、サービスの利用が始まります。

**主治医意見書**  
心身の状況や病気に  
関する意見を記載  
した書類で、町から  
主治医へ作成を依  
頼します。

**要介護1～5** （日常生活全般において常に介助が必要な状態）  
**居宅介護支援事業所**にケアプランの作成を依頼します。  
ケアマネジャーが利用者の希望や状態に応じて作成したプランに沿ってサービスを利用します。

**要支援1・2** （日常生活はほぼ自立しているが、家事や身支度の一部に支援が必要な状態）  
**地域包括支援センター（福祉課包括支援係）**に介護予防ケアプランの作成を依頼します。  
ケアマネジャーや保健師が利用者の希望や状態に応じて作成したプランに沿ってサービスを利用します。

「申請が必要かわからない」「どんなサービスが使えるのか知りたい」等の相談でも構いません。  
早めの相談が安心した生活に繋がります。迷ったらまずはご相談ください。