

災害に備えて「個別避難計画」の作成を

近年、全国的に大規模な自然災害が発生した際、逃げ遅れによる多くの犠牲者が出ています。高齢者や障害のある方等、自ら避難することが難しい方（避難行動要支援者）の状況に合わせた個別避難計画を作成し、地域全員で避難しましょう。

個別避難計画とは

災害時の避難行動要支援者の避難方法などを記載した個別計画で、どこへ、だれと、どのように避難するのかなどを具体的に決めておくものです。その情報を本人、家族や地域の関係者、避難をサポートしてくれる方と共有し、普段の見守りや災害時の避難支援に活用します。



作成対象者

次の6つの要件に該当する方のうち、地域での情報提供に同意している方
※対象者には2月初旬に作成のご案内と計画用紙をお送りしています。

① 75歳以上のひとり暮らしの高齢者の方	④療育手帳Aをお持ちの方
② 75歳以上の高齢者のみ世帯の方	⑤精神障害者保健福祉手帳1・2級をお持ちの単身世帯の方
③身体障害者手帳1級または2級（総合等級）の第1種をお持ちの方 （心臓機能障害または腎臓機能障害のみで該当の方は除く）	⑥介護保険における要介護度3から5までの認定を受けた方

地域の皆さんへお願い

災害が発生した場合、自力で避難することが困難な方への声かけや安否確認、避難誘導等を行うためにも、平常時からご近所同士で顔が見える関係を作るなど、地域の防災力を高めておくことが重要です。

いざというときには、地域住民の助け合いが被害を最小限に抑える力となります。避難時に頼る人がなくて困っている方を地域で助け合えるような関わり合いをお願いします。

問合せ先 福祉事務所社会福祉係（東本郷庁舎窓口⑥） ☎22216

下田市赤十字奉仕団に加入しませんか？



性別を問わず幅広い年代の方のご参加をお待ちしています。

赤十字奉仕団は、赤十字の活動を通じて地域に貢献したいという思いを持つ方々により市区町村ごとに組織されたボランティアグループです。

主な活動は以下のとおりです。二次元コードからもご覧いただけます。

- 災害救護・防災減災活動
- 街頭キャンペーン
- 視察研修
- 炊き出し訓練
- 福祉施設への奉仕活動
- 奉仕団講習会



← 詳細はこちらから



申込・問合せ先
福祉事務所社会福祉係（東本郷庁舎窓口⑥） ☎22216

詳しくは [日本赤十字社静岡県支部](#) 検索

赤十字奉仕団の信条

一、すべての人々の幸せを願う。陰の力となって人々に奉仕する。

一、常に工夫して人々のためによりよい奉仕ができるよう努める。

一、身近な奉仕を広げすべての人々と手をつないで世界の平和に尽くす。

助け合い、支えあう「年金」ってとっても大事

国民年金の免除制度

問合せ先 市民保健課国保年金係（東本郷庁舎窓口③） ☎23922

20歳になると、日本国内に住む方は公的年金に加入して保険料を納める義務があります。国民年金については、経済的に保険料納付が難しい場合、免除・猶予される制度があります。

（令和7年度の国民年金保険料額は17,510円/月です。）

※免除・猶予をご希望の方は毎年申請が必要です。

※学生納付特例制度は、4月が申請開始月ですのでご注意ください。

学生納付特例制度

4月から翌年3月を1年度とし、学生本人の前年所得に基づき、承認されると保険料納付が猶予されます。

特例を受けられる所得の目安
所得が128万円＋（扶養親族等の数×38万円）
＋社会保険料控除額等

手続に必要なもの
・基礎年金番号又はマイナンバーのわかるもの

・在学期間がわかる在学証明書、又は学生証（裏面に有効期限、学年、入学年月日の記載がある場合は裏面も含む）の写し

保険料免除・納付猶予制度

本人、世帯主、配偶者の前年所得が一定額以下の場合や、失業した場合など、保険料納付が経済的に困難な場合は、承認されると保険料納付が免除になります。

※免除の割合に応じて需給額が減額されます。

免除となる所得の目安

- 前年所得が次の計算式で計算した金額以下の場合
- (1) 全額免除
（扶養親族等の数＋1）×35万円＋32万円
 - (2) 4分の3免除
88万円＋扶養親族等控除額＋社会保険料控除額等
 - (3) 半額免除
128万円＋扶養親族等控除額＋社会保険料控除額等

(4) 4分の1免除

168万円＋扶養親族等控除額＋社会保険料控除額等

(5) 納付猶予制度

所得が（扶養親族等の数＋1）×35万円＋32万円、20歳から50歳未満の方で、本人・配偶者の前年所得が一定額以下の場合、承認されると保険料納付が猶予されます。

手続に必要なもの

・基礎年金番号又はマイナンバーのわかるもの
・本人・配偶者・世帯主が離職した場合、雇用保険受給資格者証等の写し又は雇用保険被保険者離職票の写し

未納のままにしておく

障害や死亡等の不慮の事態が発生したとき、障害年金・遺族年金が受けられない場合や、老齢年金を将来的に受けられない場合があります。

国民年金保険料は納付書で納めることができますが、まとめて納付するとお得になる前納制度や、納め忘れが少なく、便利な口座払いもありますので、ぜひご利用ください。

問合せ先 三島年金事務所 ☎05519731166

国民健康保険の手続はご自身で！



問合せ先 市民保健課国保年金係（東本郷庁舎窓口③） ☎23922

3月から4月にかけては、就職や退職、住所変更などにより、健康保険が変更になることが多い時期です。

社会保険等の加入、脱退の手続は職場が行いますが、国民健康保険はご自身で手続をしていただく必要がありますので、切替忘れのないようご注意ください。

※マイナ保険証を利用する場合でも引き続き加入・脱退の手続は必要です。

届出が遅れると

加入の手続が遅れると、医療機関での支払いが10割負担となる場合があります。また、国民健康保険税を数か月分まとめて納めなければならぬ可能性が出てきます。

なお、脱退の手続が遅れると、国民健康保険税と社会保険料を二重に支払ってしまうこともあり

～国民健康保険の手続チェックリスト～

□他の市町村から転入した →加入手続（必要な物：身分証明書）	□他の市町村に転出する →脱退手続（必要な物：身分証明書、国保の保険証等）
□職場の保険をやめた（扶養含） →加入手続（必要な物：身分証明書、職場の保険をやめた証明書）	□職場の保険に加入した →脱退手続（必要な物：身分証明書、国保と職場の保険証等又は職場の保険に入った証明書）
□大学等へ進学のために転出する →切替手続（必要な物：身分証明書、国保の保険証等、学生証か在学証明書）	□保険証等をなくした →再発行手続（必要な物：身分証明書）

※身分証明書は、顔写真付きなら1点（免許証、マイナンバーカード等）、顔写真がないものは2点（資格確認書、年金手帳等）必要となります。

りますので、ご注意ください。

◎学生用の保険証（毎年4月に更新手続が必要）

市外に住所を変更する学生のために、マイナ保険証の利用登録状況に応じて学生用の資格確認書または資格情報のお知らせを交付します。該当する方は申請してください。

既に学生用の保険証を持っている方については、3月中旬に更新手続のお知らせを送付しますので、速やかに届出をお願いします。