

●控除証明書の送付

納めた国民年金保険料は、全額が所得税および住民税の社会保険料控除の対象となります。

年末調整や確定申告する際には、毎年1月1日～12月31日の間に納付(見込みを含む)した国民年金保険料の額を証明する控除証明書が必要です。

平成25年1月1日～9月30日の間に国民年金保険料を納付した方には、「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が11月上旬に日本年金機構から送付されます。また、平成25年10月1日～12月31日の間に今年初めて国民年金保険料

を納付した方には、翌年2月上旬に送付されます。年末調整や確定申告の際には、必ずこの証明書(または領収証)を添付してください。

家族の国民年金保険料を納付した場合、納付した本人の社会保険料控除の申告に加えることができますので、家族宛てに送られた控除証明書を添付して、申告してください。

▶控除証明書の再交付などの問合先

(平成26年3月14日まで)

控除証明専用ダイヤル ☎0570-070-117

※IP電話・PHSなどからは ☎03-6700-1130

●年金受給者の皆さんへ「扶養親族等申告書」は期限までに提出を!

老齢年金は、雑所得として所得税や復興特別所得税の課税対象となります(障害年金や遺族年金は課税されません)。

課税対象となる受給者の方には、毎年11月上旬までに日本年金機構から「扶養親族等申告書」のがきが送付(源泉徴収対象者のみ)されますので、平成25年12月2日(月)までに必ず提出してください。

この申告により、翌年中に受ける年金にかかる所得税の源泉徴収税額が決まります。もし、提出を忘

れると各種控除が受けられず、所得税の源泉徴収税額が多くなる場合がありますのでご注意ください。なお、年金以外に収入がある方は確定申告が必要です。

▶平成26年分「扶養親族等申告書」の送付対象者

- ・65歳未満で年金額が108万円以上の方
- ・65歳以上で年金額が158万円以上の方

▶問合先

ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165

※IP電話・PHSなどからは ☎03-6700-1165

●平成25年度年金支給額の改定

現在の年金額は過去に物価指数が下落したにもかかわらず、年金額を据え置いたことで本来の水準より2.5%高い水準(特例水準)となっています。

平成24年の法律改正で、平成25年10月、平成26年4月および平成27年4月に段階的に特例水準を解消することにより、年金財政の改善を図るとともに、将来の受給者となる若い世代の年金額の確保につなげ、世代間の公平を図ることとな

りました。

平成25年10月分以降としてお支払いする年金額は、4月から9月までの額からマイナス1.0%の改定(特例水準の解消)が行われます。

今後、平成26年4月にマイナス1.0%、平成27年4月にマイナス0.5%の改定を予定しています(実際の年金額の改定については、物価・賃金の状況により決まります)。

手洗いの効果的な方法
手のひらをよくこする／手の甲を伸ばすようにこする／指先、爪の間を念にこする／指の間を十分に洗う／親指と手のひらをねじり洗いする／手首も忘れずに洗う／手洗いは完全に乾燥させる／これからのことは、日頃から行うことで効果が発揮されます。早速、今日から始めましょう!

周囲に広げないための咳エチケット
せき・くしゃみのある方は、マスクをして「口と鼻」を覆う／口と鼻を覆うのに使ったティッシュはゴミ箱に捨て、他の人が触れないようにする／ティッシュなどが無いときは、手ではなく、周囲に触れにくい腕で鼻と口を押さえる／つばや鼻水が手に付いたら、石けんで丁寧に洗い流す

インフルエンザは、例年12月から3月頃に流行します。重症化予防のために予防接種を行っている方もいると思いますが、毎日の生活でできる、咳エチケットと手洗いについてお話しします。
インフルエンザの主な感染経路は咳やくしゃみによる飛沫感染です。咳で1・5メートル、くしゃみで3メートル、ウイルスを含むしぶきは飛び散ります。

**咳エチケット・手洗いで
感染症予防**

ヘルシー保健師だより

Vol. 77