

国民年金のお知らせ

■学生納付特例の申請

現在、学生納付特例により保険料の納付を猶予されていて、来年度も引き続き在学予定の人に対し、今月下旬に日本年金機構から学生納付特例申請書のはがきを送付します。続けて同じ学校へ在籍する場合は、はがきに記入・返信するだけで学生納付特例の申請ができます（在学証明書などは不要）。学生納付特例を利用せず、保険料の納付を希望する場合は申し出てください。

■海外在住者も加入できます

20歳以上65歳未満で海外に居住している日本人も、申請により国民年金に任意加入できます。国民年金の加入・納付があれば、死亡時や障害を負った際に保障対象となります。

■産前産後期間の免除制度

国民年金第1号被保険者が出産した際、出産前後の一定期間の国民年金保険料が免除されます。免除期間は出産予定日または出産日

が属する月の前月から4カ月間です（多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3カ月前から6カ月間）。出産予定日の6カ月前から届け出が可能です。

※出産とは妊娠85日以上の出産のことを指し、死産・流産・早産を含みます。

問市民課国民年金担当 ☎ 423 - 9460、

貝塚年金事務所 ☎ 431 - 1122

■年金の予約相談

全国の年金事務所で、年金の予約相談を受け付けています。予約すると、スムーズに相談でき、相談内容に合ったスタッフが事前準備のうえで丁寧に対応します。

受付月～金曜日午前8時半～午後5時15分

予約・問ねんきんダイヤル予約受付専用電話

☎ 0570 - 05 - 4890



3月は自殺対策強化月間 ひとりで悩まず相談を…

警察庁自殺統計に基づく令和5年中の自殺者数の状況は、全国で21,837人、大阪府では1,383人で前年より105人減少したものの、1日に約4人の人が亡くなっています。

悩みを抱えてお困りのとき、生きることがつらく感じるときは、一人で抱え込まず、専門の相談機関にご相談ください。また、身近な人の悩みに気づいたら、話を聴いて寄り添い、見守りながら、必要に応じて相談窓口を紹介してください。



悩みの相談窓口一覧

こころの健康に不安を感じたら

こころの健康相談統一ダイヤル… ☎ 0570 - 064 - 556

月～金曜日 9:30～17:00、18:30～22:30（最終受け付けは22:00）

※3月1日(土) 9:30から3月31日(木) 17:00までは、24時間体制で受け付けています。

各団体が実施する電話相談

自殺予防について	
関西いのちの電話 24時間、365日	☎ 06 - 6772 - 1121
国際ビフレンダーズ大阪自殺防止センター 金曜日 13:00～日曜日 22:00	☎ 06 - 6260 - 4343
こころの救急箱 月曜日 19:00～火曜日 3:00、 木曜日 19:00～22:00	☎ 06 - 6942 - 9090
「自殺予防いのちの電話」 毎日 16:00～21:00、 毎月10日 8:00～11日 8:00	☎ 0120 - 783 - 556

問健康推進課（保健センター内） ☎ 423 - 8811 FAX 423 - 8833

大阪府が実施する電話相談

こころの健康全般について	
こころの電話相談 月・火・木・金曜日（祝日、年末年始を除く） 9:30～17:00	☎ 06 - 6607 - 8814
若者専用電話相談（40歳未満） 水曜日（祝日、年末年始を除く）9:30～17:00	☎ 06 - 6607 - 8814
岸和田保健所 月～金曜日（祝日、年末年始を除く）9:00～17:45	☎ 422 - 6070
大阪府妊産婦こころの相談センター 月～金曜日（祝日、年末年始を除く）10:00～16:00	☎ 0725 - 57 - 5225
自死遺族相談（予約制）	
大阪府こころの健康総合センター 月～金曜日（祝日、年末年始を除く）9:00～17:45	☎ 06 - 6691 - 2818

自殺予防啓発コーナー

3月は自殺対策について、広く啓発活動を展開する期間です。本市では図書館本館（岸城町）に自殺予防啓発コーナーを設け「こころの健康」に関する図書を紹介します。

期間 3月1日(土)～6日(木)

広告

防災のススメ

「防災情報自動配信サービス」

携帯電話やスマートフォンを所有しておらず、災害情報の取得が困難な人が事前に登録することで、災害時の避難情報などを市から電話またはファクスで受け取ることができるサービスです（登録費用、通話料無料）。ぜひご利用ください。

問危機管理課 ☎ 423 - 9437

