

年金関係の各種通知書をご確認ください

日本年金機構から、年金に関するさまざまな通知書が送付されます。内容をよく確認し、必要な手続きを忘れずに行いましょう。

ねんきん定期便

毎年誕生日に届く「ねんきん定期便」では、ご自身の年金記録を確認できます。記録のれや誤りがないか必ずチェックしてください。
年齢により記載内容が異なります。

●35歳・45歳・59歳の方(封書)

これまでのすべての加入記録を掲載

●50歳未満の方(はがき)

加入期間や見込み額の概要を確認可能

●50歳以上の方(はがき)

60歳まで働いた場合の見込み年金額を記載

※紙の通知のほか、インターネットの「ねんきんネット」でも閲覧できます。

年金額改定通知書・年金振込通知書

毎年6月に、1年分の年金支払額などをまとめた通知書が届きます。年金と年金生活者支援給付金を同時に受給している方は、2種類の通知が大判はがき1枚に統合されます。

※遺族年金受給者・複数年金受給者・視覚障害による障害年金受給者の方には封筒で送付されます。

令和8年分公的年金等の受給者の扶養親族等申告書

令和8年2月以降の年金から源泉徴収される所得税の控除申告書です。該当する方は必ず提出してください。

【送付対象】

65歳未満:年金額155万円以上

65歳以上:年金額205万円以上

※控除の申告がないと、所得税が正しく控除されない場合があります。詳しくは日本年金機構ホームページへ。

令和7年分社会保険料(国民年金保険料)控除証明書

令和7年中に国民年金保険料を納付した方へ送付されます。年末調整や確定申告に必要な書類です。紛失しないよう保管してください。



国民健康保険に関するお知らせ

社会保険加入時は国保の脱退手続きを

職場の社会保険に加入したら、国民健康保険の脱退手続きが必要です。手続きをされない場合、国保税が引き続き課税されます。

【必要なもの】

①職場などの健康保険「資格確認書」か「資格情報のお知らせ」

②国民健康保険「資格確認書」か「資格情報のお知らせ」

③来庁される方の本人確認書類(運転免許証など)

※手続きを別世帯の方が行う場合は委任状が必要です。

※①、②は社会保険加入者様全員分

オンライン申請も可能です。

交通事故などで受診したときは届け出を

国民健康保険加入者が交通事故など第三者の行為だけがをした場合、市への届け出が必要です。

【届け出が必要な例】

交通事故／他人の飼い犬にかまれた／暴力行為を受けたなど

【主な必要書類】

第三者行為による傷病届、事故発生状況報告書、交通事故証明書(または入手不能理由書)、念書・誓約書・印鑑・資格確認書 など

※様式は市ホームページからダウンロードできます。市では、医療費適正化のため、負傷原因調査を行っています。該当する方には書類を送付しますので、ご協力をお願いします。



熊本健康アプリ「もっと健康!げんき!アップくまもと」 10万ダウンロードありがとうございます!!

10万人達成記念企画

①イベント

「5日連続5,000歩歩いてドリンクを当てよう!!」

②各地で実施!スタンプラリー

(宇土市でも実施!)

③賞品本数過去最多!!年度末抽選会

④継続利用ポイント新設!

10万人達成記念
専用ホームページ



アプリの使い方

Step1

まずは登録



▲App Store



▲Google Play



①熊本健康アプリをダウンロード

②ニックネームや市区町村、年齢、性別などを入力

③1日の歩数目標などを設定

※スマートフォンをお持ちでない方は紙でも参加ができます

Step2

ポイントを貯める

●毎日ポイント

・アプリ起動

・歩数によるポイント

毎日起動すれば
すぐに500pt貯まる!
2月の年度末
抽選会に応募
できます!

1ポイント/日
1000歩で1ポイント
(1日8ポイントまで)

・健康状態入力

・健康セルフチェック

1ポイント

最大3ポイント

●検診等によるポイント

・健康診断

・各種がん検診

・歯科健診

・献血 等

40ポイント

●ミッションポイント

健康イベントに参加すると

20ポイント

Step3

ポイントを使う

●豪華賞品が当たる抽選会へ応募できる!

500ポイント以上獲得すると、地域の特産品や宿泊施設、商業施設の商品券などが当たる抽選会への応募ができます。

●協力店でサービスが受けられる!

500ポイント以上獲得すると、「げんき!アップカード」が表示されます。このカードを協力店で提示することで、様々な特典を受けることができます。



他にもいろんな機能があります!

◇つながり機能

アプリのユーザー間で【つながり】の申請・承認をすると、相手のアプリの利用状況や健康状態などがアプリで確認できるように!

◇グループ機能

「メニュー」→「グループ設定」からグループを作成できます。家族や職場などのチームで楽しめます。対抗戦も随時開催していますので、ぜひご参加ください。

詳しくはホームページをチェック

<https://www.genki-up-kumamoto.jp>

もっと健康!!げんき!アップくまもと

検索

