

年金**国民年金保険料は
納付期限までに納めましょう****納期限は翌月末日**

国民年金保険料は翌月の末日が納期限となっています。保険料の納め忘れがあると、65歳から生涯受けられる「老齢基礎年金」や、病気やケガで一定の障害が残った場合に受けられる「障害基礎年金」などが受けられない場合があります。保険料は納期限までに必ず納めましょう。

保険料の納め方

保険料は日本年金機構から送付される納付書により、金融機関・郵便局・コンビニエンスストアで納めることができます。

なお、「忙しくてなかなか納めに行けない」という方は、納めに行く手間が省けて納め忘れの心配もない口座振替のご利用をお勧めします。また、インターネットやクレジットカードでも納めることができます。（事前に申し込みが必要です）

☎ 長野北年金事務所 ☎ 0 2 6 (244) 4 1 0 0

一般的な年金相談に関する問い合わせ先
ねんきんダイヤル ☎ 0 5 7 0 (05) 1 1 6 5

（平日午前8時30分～午後5時15分）

環境トピックス

シリーズ 地球温暖化④

◎「ライトダウン2013」～でんきを消す夜。地球を想う夜がちょっと素敵になりますように。～
環境省では、ライトアップに慣れた私たちが日頃いかに照明を使っているかを実感してもらうため、2003年からライトアップ施設や家庭の照明を消すように呼びかける「CO₂削減/ライトダウンキャンペーン」を実施してきました。

本年は、「ライトダウン2013」と題し、6月21日(金)から7月7日(日)までを啓発期間、さらに6月21日「夏至の日」と7月7日「七夕」「クールアース・デー」は特別実施日として、午後8時から10時までの2時間の一斉消灯を呼び掛けています。

特別実施日は、照明を使わない夜を過ごしてみませんか。

(例) ・キャンドルの灯りで夜を過ごしてみる
・家の電気を消して、星空を観察する

私たちが日頃いかに照明を使っているかを実感し、地球温暖化を考えるきっかけにしてみたいかがでしょうか。

☎ 環境課環境係（内線247）

未来が変わる。日本が変わる。**25**
中野市はチャレンジ25キャンペーンに参加しています。

ご寄付 ありがとうございます

●環境保全のため フリーマーケットの売上金
現金 31,110円

<尙山三協会 和匠会 様>

●ふるさと寄付金 市長が選定する政策のため
現金 100,000円

<大阪府寝屋川市 小林 道明 様>

●ふるさと寄付金 文化振興のため
現金 20,000円

<京都府宇治市 藤澤 秀治 様>

いただきました寄付金は、市政のため大切に使用させていただきます。

☎ 庶務課秘書広報係（内線400）

消費生活相談消費者トラブルと解決法
第33回**『買え買え詐欺にご注意を!』**

見知らぬ企業Aから「当社の社債を買えば、利息がもらえるので必ず儲かる」といった内容のパンフレットが届いた。その後「企業Aのパンフレットが届いているはずなのでこれから訪問したい」と社債購入を迫る電話があった。

アドバイス これは「買え買え詐欺」と呼ばれ、「必ず儲かる」といって社債などを購入させ、現金を要求する手口で、市内でも同様の事例が発生しています。

電話での勧誘がしつこく、怒鳴られたり脅されたりする場合があります。また、これまで実際に儲かった事例はありません。

解決方法 この手の電話や訪問はきっぱり拒否しましょう。もし購入してしまったら、おかしいと思った場合はご相談ください。

問い合わせ・消費生活相談

市民課生活交通安全係（内線238）

長野県長野消費生活センター ☎ 0 2 6 (223) 6 7 7 7

各種相談日程

相談内容について秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。

子ども相談	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 子ども相談室	子ども相談室 (内線278)
保健師による 子育て相談	毎週金曜日(休所日を除く) 午前10時～11時 りんごっこ(中央子育て支援センター)	中央子育て支援センター ☎22-2259
定期健康相談	①毎週水曜日 午前10時～11時30分 中野保健センター ②毎月第1木曜日 午前10時～11時30分 豊田保健センター	健康づくり課健康管理係 (内線242)
高齢者の方のための 総合相談	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 中野保健センター	高齢者支援課介護予防 包括支援係(内線366)
行政相談	6月10日(月)、7月10日(水) 午前9時～11時30分 豊田支所相談室 午後1時～4時 市民会館44号会議室	庶務課庶務文書係 (内線211)
消費生活相談	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 市民課生活交通安全係	市民課生活交通安全係 (内線238)
女性相談 (面接は予約制)	毎週月～金曜日(祝日を除く) 午前9時～午後5時 中野人権センター	人権・男女共同参画課 ☎23-4810
身体障害者相談所 (予約制)	毎月第1・3水曜日 午後2時～4時 福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 ☎26-3111
福祉相談 ボランティア相談	毎週月～金曜日 午前9時～午後5時 福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 ☎26-3111
心配ごと相談	毎週月～金曜日 午後1時30分～4時30分 福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 ☎26-3111
結婚相談 (予約制)	毎週月～金曜日 午前9時～午後5時 福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 ☎26-3111
法律相談 (予約制)	毎月第1・3月曜日(月曜休日の場合は翌火曜日) 午後1時30分～3時30分 福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 ☎26-3111
職業相談	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時 中野市地域職業相談室(南宮庁舎)	中野市地域職業相談室 ☎23-4710
交通事故巡回相談	7月18日(水) 午前10時～午後3時 北信合同庁舎	北信地方事務所 ☎22-3111

電話相談

専用電話をご利用ください。

電話医療相談	☎23-0300 午前8時30分～午後10時(土・日曜日、祝日を除く)
子ども電話相談	☎23-3191 午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日を除く)
児童虐待・DV24時間ホットライン	☎0263-91-2410
女性相談	☎23-4810 午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)

展示案内

ぜひ、ご覧ください。

市立博物館 ☎22-2005 (休)火曜日	常設展示室 「中野市の自然と歴史・文化」 ※常設展示室は6月から再公開しています。
中野陣屋・ 県庁記念館 ☎23-2718 (休)火曜日	市移動展「城所祥版画作品展」6月23日(日)まで 佐藤計佐二「バラの写真展」6月23日(日)まで 佐藤いずみ「新聞紙工作作品展・一本木 ばらこinワンダーランド」6月30日(日)まで 中野きりえの会作品展 6月26日(水)～7月8日(月)

リサイクルかわらばん

ご利用ください
(5月30日現在)

資源の有効活用を図るため、市民の皆さんから依頼のあった不用品や必要品を掲載しています。

さしあげます

日本文学全集、柔道着(子ども用)、バーベキューグリル、ワゴン自動車用屋外日除け(タープ)、冷蔵庫

ゆずってください

大八車、そり(子ども用)、琴

- ・物品の掲載期間は半年間で、ご希望により再掲載も可能です。
- ・物品はご自身で保管してください。
- ・掲載物品が欲しい方、提供できる方は直接相手の方とお話しの上、結果を報告していただきます。

☎市民課生活交通安全係(内線238)