集団健診のご案内



（個別健診を希望の方は、病院へご予約してください。）

▶ **基本**健診（特定・長寿・一般）・**がん**検診（胃・肺・大腸）

予約方法

①Web予約こちら➡

②電話予約➡ 八重瀬町保健センター
☎098-998-1149
【平日：8:30～17:15】

健診時間 **午前中のみ**

受付時間 **受付票**（封筒）に**記載**されます。

※混雑を避けるため時間を区切ってご案内します。健診日の1週間前に届く**封筒**を開けて、ご確認をお願いします。

今年度残り4回のみ!

健診日程	健診会場	①Web予約期間	②電話予約期間
12月23日（水）	保健センター	10月21日 ～ 11月10日	7月21日 ～ 12月3日
R9.1月29日（金）		12月1日 ～ 12月17日	12月1日 ～ R9.1月8日
R9.2月14日（日）		12月22日～R9.1月13日	12月1日 ～ R9.1月26日
R9.2月21日（日）			12月1日 ～ R9.2月1日

健診当日 必要なもの

1.受診券　2.保険証等　3.受付票/問診票（封筒）　4.検査料

特定健康診査・**一般**健診・**長寿**健診・**がん**検診　などの**受診券**

《 お問い合わせ｜保健センター｜☎098-998-1149 》



＼お手軽に!／がんばらないヨガ教室

参加無料　各定員40名

【後期】令和9年1月～令和9年3月（計8回）

【クラス】1クラスを選んで応募してください。

①月曜日クラス（14:00～15:00）･･･1月18日（月）開始
②月曜日クラス（15:15～16:15）･･･1月18日（月）開始
③火曜日クラス（10:00～11:00）･･･1月19日（火）開始

※参加者の経験や体力に合わせて、講師が内容・難易度を調整します。

対　象	●医師に運動を禁止されておらず、**町内在住（八重瀬町に住民票を有する）成人の方** ●全日程に参加できる方　●ヨガ初心者から経験者まで参加可能です ※普段から血圧が高い方、動悸の症状がある方は一度病院を受診してください。
会　場	八重瀬町保健センター（字東風平1318番地3）
確認事項	・教室初日に日程表をお配りします。また、血圧及び脈拍を測定します。 ※当日血圧が高めの方は問診の上でお断りさせていただく場合がございます。ご了承ください。 ・健診や感染症の状況により日程を変更する場合があります。 ・参加希望者が多くいますので、なるべく途中辞退がないようお願いします。 ・妊婦の方、持病のある方等、こちらの判断で参加をご遠慮いただく場合があります。
応募方法	・**上記①～③のクラスから、1つのクラスを選択し、Webまたは電話で応募ください。** ・**先着順ではありませんので、応募期間内に余裕を持ってご連絡ください。** ・定員を超えた場合は抽選となります。抽選結果は12月中旬頃ハガキでお知らせします。 ★Web応募はこちら→　★電話での応募はこちら↓ 八重瀬町保健センター ☎098-998-1149　**【募集期限】12月4日（金）17:15まで**

《 お問い合わせ｜保健センター｜☎098-998-1149 》

令和8年分 社会保険料（国民年金保険料）控除証明書

国民年金保険料は、所得税及び住民税の申告において全額が社会保険料控除の対象です。（その年の1月1日から12月31日までに納付した保険料が対象です。）

社会保険料控除を申告（年末調整・確定申告）する場合、「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」（または領収証書）の添付等が義務づけられています。

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」は、e-Taxで利用できる電子データの送付も行っています。郵送よりも早く受け取ることができるため、電子送付を推奨しています。

マイナポータルから「ねんきんネット」にログインし、電子送付の希望登録を行うと、マイナポータルの「お知らせ」で電子データを受け取ることができます。（電子送付の希望登録を行うと、登録後は書面の郵送が停止されます。）

	対象者	送付方法	送付期間
①	**令和8年1月1日から令和8年9月30日までの間**に国民年金保険料を納付された方	電子送付	10月中旬から下旬にかけて順次
		郵送	10月下旬から11月上旬にかけて順次
②	**令和8年10月1日から令和8年12月31日までの間**に国民年金保険料を納付された方（①の対象者は除きます。）	電子送付	令和9年1月下旬から順次
		郵送	令和9年2月上旬

なお、ご家族（配偶者やお子様等）の負担すべき国民年金保険料を支払っている場合は、ご自身の国民年金保険料に加え、その保険料についても控除が受けられます。

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」に関するお問い合わせ先

⑴「控除証明書相談チャット（24時間対応）」
日本年金機構ホームページに、「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」に関するお客様からの照会に対して、チャットの形式で自動的に応答するチャットボットを開設しています。ぜひご利用ください。

⑵「ねんきん加入者ダイヤル」
◆電話番号
（ナビダイヤル）**0570-003-004**
050から始まる電話の場合は、（東京）**03-6630-2525**
◆受付時間
・月～金曜日　午前8:30 ～ 午後7:00
・第2土曜日　午前9:30 ～ 午後4:00
※土日祝（第2土曜日を除く）、12月29日～1月3日はご利用できません。

広告欄

