

自衛官募集

自衛隊では次のとおり、自衛官等を募集します。詳しくは左記までお問い合わせください。

募集種目	試験会場	受付締切	試験日
自衛官候補生 (受験年齢:33歳未満)	帯広	11月16日(月)	11月21日(土)
	釧路	11月30日(月)	12月6日(日)
高等工科学学校	中標津	11月30日(月)	12月5日(土)
		11月1日(日)~ 令和3年 1月6日(水)	令和3年 1月23日(土)

高等工科学学校入学後、毎月、生徒手当が支給されます。

問合せ

自衛隊帯広地方協力本部
中標津地域事務所
TEL 0153-72-0120
Eメール hq1-obihino@

pc.o.mod.go.jp
ホームページ

<http://www.mod.go.jp/>
<http://pc.o.mod.go.jp/>

ほっかいどう健康づくりツイッター

北海道では、道民の健康づくりに有益な情報を、SNSを利用する幅広い世代に情報発信するため、本年4月からツイッターアカウント「ほっかいどう健康づくりツイッター」を開設しました。

このアカウントでは「栄養・食生活」「運動」「休養」「歯科保健」「受動喫煙対策防止」といった健康づくりに関する内容の他、がん・生活習慣病などの疾病予防に向けた生活習慣に関する情報について発信しています。

ぜひフォローしていただき、まずは「見る」ことから健康づくりを始めませんか？

https://twitter.com/Hokkaido_health

中標津保健所
TEL 0153-72-2168

問合せ

中標津保健所
TEL 0153-72-2168



11月30日は「年金の日」

厚生労働省では「国民の一人お一人に『ねんきんネット』等を活用しながら、高齢期の生活設計に思いを巡らしていただく日」として、11(い)月30(みらい)日を「年金の日」としています。

この機会に「ねんきん定期便」や「ねんきんネット」で自身の年金記録と年金受給見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか。

「ねんきんネット」をご利用いただくと、いつでも自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見込額について、ご自身の年金記録を基にさまざまなパターンの試算をすることもできます。

「ねんきんネット」については、日本年金機構のホームページでご確認いただくか、釧路年金事務所までお問い合わせください。

■日本年金機構ホームページ
<https://www.nenkin.go.jp/index.html>

問合せ

釧路年金事務所 お客様相談室
TEL 0154-61-6000
TEL 0154-61-6001

町道床丹第2地区第8号線道路工事のお知らせ

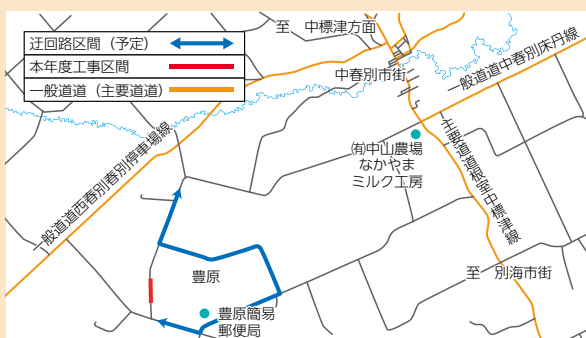
工事期間中は通行止めの交通規制を行いますので、付近を通行の際はご注意ください。

■通行止め期間 6月中旬から11月下旬(予定)

■工事内容 道路横断管の改修工事

■工事に関する問合せ

別海町役場 建設水道部 事業課 建設担当
TEL0153-75-2111 (内線3211・3215)



年金生活者支援給付金制度について

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入やその他の所得額が一定基準額以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

受け取りには請求書の提出が必要です。ご案内や事務手続きは、日本年金機構(年金事務所)が実施します。

対象となる方

■老齢基礎年金を受給している方

次の要件を全て満たしている方

る必要があります。

・65歳以上である

・世帯員全員が市町村民税が非課税となっている

・年金収入額とその他の所得額の合計が約88万円以下である

■障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方

次の要件を満たしている必要があります。

・前年の所得額が約462万円以下である

請求手続き

①新たに年金生活者支援給付金をお受け取りいただける方

町道中西別上風連線 道路工事のお知らせ

工事期間中は片側交互通行（夜間開放）の交通規制を行いますので、自衛隊部隊が別経路で移動する場合があります。

工事期間に付近を通行する際はご注意ください。

■ 工事期間

4月から12月中旬

（令和6年全線完了予定）

■ 問合せ

別海町役場 TEL0153-75-2111

事業課 建設担当（内線3211・3218）

総合政策課 まちづくり推進担当
（内線2211）



■ 日本年金機構や厚生労働省

お受け取りの対象になる方には、日本年金機構から10月中旬頃から、お知らせを送付しています。同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）に記入し提出してください。令和3年2月1日までに請求手続が完了しますと、令和2年8月分からさかのぼって受け取ることが出来ます。

② 年金を受給し始める方

年金の請求手続きと併せて年金事務所または市区町村で請求手続きをしてください。

年金生活者支援給付金のご請求でお困りになったときには、お電話ください。

を装った不審な電話や案内にご注意ください

日本年金機構や厚生労働省から、電話でお客さまの家族構成や金融機関の口座番号や暗証番号をお聞きしたり、手数料などの金銭を求めることもあります。

■ 問合せ

「ねんきんダイヤル」

TEL0570-00511165

（ナビダイヤル）

11月10日は「技能の日」

「技能士」とは、厚生労働省が行う技能の国家検定試験に合格した優れた技能者に与えられる称号です。

11月は、国が定めた職業能

力開発促進月間であり、11月10日を「技能の日」と定め、技能尊重機運の醸成を図っています。

確かな技術と知識を持つ技能士の活用で、安心・安全・信頼できる工事にしましょう。

■ 問合せ

北海道技能士会

TEL011-845-4845

北海道立釧路高等技術 専門学院 訓練生募集

北海道立釧路高等技術専門学院では、訓練生を募集します。

2年制の訓練で、確かな技能習得と就職を目指します。

■ 学科・募集人数

電気工学科 20名
建築技術科 10名
自動車整備科 20名

■ 応募資格

学校教育法で定める高等学校等を卒業した方（令和3年3月卒業見込みを含む）、またはこれと同等以上の学力を有すると認められる方

■ 就学期間

2年間

■ 入校経費等

入学料、授業料、教科書・工具代など

※一定の要件を満たす場合に授業料の減免措置があります。

■ 出願期間

推薦選考

11月1日（日）から11月20日（金）

必着

一般選考

11月21日（土）から12月10日（木）

必着

■ 試験日

推薦選考

11月25日（水）

一般選考

12月16日（水）

■ 試験会場

北海道立釧路高等技術専門学院

北海道立釧路高等技術専門学院

■ 問合せ

TEL0154-57-8011

FAX0154-57-8013

ホームページ

<http://www.pref.hokkai-do.lg.jp/kz/kss>

個人事業税・第2期の納期限は11月30日（月）です

納期限までに必ず納めましょう。

金融機関、振興局窓口、コンビニエンスストアから納税できます。

コンビニエンスストアからの納税は、バーコードが印字されているものに限りです。

詳しくは、根室振興局税務課までお問い合わせください。

■ 問合せ

根室振興局税務課

TEL087-8588

根室市常盤町3丁目28番地課税に関する（課税係）

TEL0153-24-5479

納税に関する（納税係）

TEL0153-24-5466

職業訓練受講生募集

北海道職業能力開発促進センター釧路訓練センター（ポリテクセンター釧路）では、1月からの職業訓練受講生を募集しています。

■ 学科・募集人数

電気設備技術科 20名

ビジネスワーク科 15名