

明記のないものは… ●先着順
●申し込み不要●午前8時30分から受け付け●費用は無料●持ち物はお問い合わせください
凡例▶ ●…申し込み、●…問い合わせ、●…費用、●…ホームページ

長久保公園
☎(34)8422 ●管理事務所休所日
☎(36)6700 ●月曜日、祝日の翌日

緑化講習会
◆菊の講習会4-1～定植後の管理/暑さ対策その1 7月5日(日)午後1時30分～3時30分。講師＝藤沢菊花会。15人。
●6月16日(火)から長久保公園の圃から、または電話・来園で。

遠藤世窪谷公園
☎(47)7760 ●管理事務所休所日
☎(47)8525 ●月曜日、祝日の翌日

緑化講習会
◆夜の生きもの観察会 7月11日(土)、12日(日)午後7時～8時30分。講師＝(特非)Dream eggsゆめたま相川健志氏。市内在住の子と保護者各日20人(抽選)。※小学5年生以上は子どもだけの参加も可。
●6月16日(火)～23日(火)に遠藤世窪谷公園の圃から、または電話・来園で。

ふじさわ宿交流館
☎(55)2255、☎(20)5152
休館日＝月曜日、祝日の翌日

◆親子で楽しむ～夏休み子どもクラシックコンサート 7月25日(土)午後2時～3時30分。5歳以上の子と保護者40人。
●6月30日(火)午前9時から電話で。
◆宿場寄席 7月24日(金)午後2時～3時30分。40人(抽選)。

◆太田プロ爆笑ライブ 8月2日(日)◎正午◎午後2時。各回40人(抽選)。

●は7月7日(火)、●は13日(月)(必着)までに講座名、住所・氏名(ふりがな)・電話番号、参加人数、参加希望日、●は参加希望時間(複数可)を郵送(往復はがき、1通2人まで)でふじさわ宿交流館(〒251-0001西富1-3-3)へ。
◆交流館夏の緑日2026 7月11日(土)午前10時～午後3時。駄菓子屋、ヨーヨー、ビー玉転がし、ポップコーン、ゲーム、買い物コーナーほか。
●当日受付でお楽しみ券(7回券＝500円)を購入。

◆音の場(オトノバ) 7月18日(土)午前10時～正午。打楽器で遊ぶ(楽器初心者可)。※楽器の持ち込み可。講師＝TOKIDOKI。
●当日会場へ。

◆ワークショップ
◆生葉の藍染め 7月22日(火)◎午前10時～11時◎午前11時30分～午後0時30分。朝採りの藍の生葉を使い、絹のスカーフを染める。各回10人。
●3000円から。
●6月25日(土)午前9時から電話で。

湘南なぎさ荘
☎(36)2315 休館日＝月曜日
☎(36)1171
申し込みは午前9時～午後4時

◆アクアビクス入門講座～水中運動で身体も心もリフレッシュ! 7月2日～23日毎週木曜日午前10時20分～11時50分、全4回。市内在住の60歳以上で全回参加できる初受講の方15人。
●6月18日(木)から電話で。
◆スマホ個別相談会～基礎から応用まで 7月8日(火)◎午前10時◎午前10時40分◎午前11時20分◎午後1時◎午後1時40分◎午後2時20分。※各回30分。講師＝ITサロン藤沢。市内在住の60歳以上の方各回2人。
●6月24日(木)から電話で。

こぶし荘
☎(45)3121 休館日＝月曜日
☎(45)3126
申し込みは午前9時～午後4時

◆パソコン体験講座～はじめてのAI 7月4日(土)、5日(日)午前10時～正午、全2回。市内在住の60歳以上の方10人。
●500円。
●6月17日(火)から電話・来館で。
◆詩吟入門講座 7月8日(火)、22日(火)午前9時30分～11時30分、全2回。市内在住の60歳以上の方10人。
●300円。
●6月18日(木)から電話・来館で。

◆スポーツウエルネス吹矢体験 7月3日(金)、14日(火)、17日(金)、28日(火)午後1時30分～2時30分、全4回。市内在住の60歳以上の方10人。
●200円。
●6月19日(金)から電話・来館で。

◆鎌倉彫で敷き板に椿を彫ろう 7月4日(土)、18日(土)午後1時～3時、全2回。市内在住の60歳以上の方10人。
●700円。
●6月20日(土)～26日(金)に電話・来館で。

◆アイス棒工作～かわいい壁飾り 7月7日(火)午前10時～正午。市内在住の60歳以上の方40人(抽選)。
●300円。
●6月23日(火)までに電話・来館で。

◆気功体験講座 7月15日(火)午後1時40分～3時10分。市内在住の60歳以上の方20人。
●6月24日(木)から電話・来館で。

やすらぎ荘
☎(81)6068 休館日＝月曜日
☎(83)4624
申し込みは午前9時～午後4時

◆地域開放事業「陶芸でマグカップをつくろう」 7月4日(土)午前9時30分～午後0時30分、8月15日(土)午前10時～11時、全2回。講師＝やすらぎ荘陶芸サークル講師ハツ橋博美氏。市内在住の方15人。
●500円。
●6月20日(土)から電話で。
◆フレイル予防教室「暑さに負けない!カラダづくり!」 7月8日(火)午前10時45分～午後0時15分。講師＝介護予防運動指導員久保木恵子氏。市内在住の60歳以上の方30人。
●6月24日(木)から電話で。

辻堂青少年会館
☎(36)3002 休館日＝第3月曜日
☎(36)3988

◆つじせいもったいないネット 7月4日(土)午前9時～9時45分。精米と食品の配布。子育て中の家族20組。
●6月10日(火)午前9時から電話・来館で。
◆つじりんとあそぼう!「ピーカ・ぶー」 7月1日(火)午前10時30分～11時30分。絵本で言葉遊びほか。5歳までの子と保護者20人(抽選)。
◆おっと! HAPPY! わくわく子育て講座Ⅱ 7月10日(金)午前10時～11時30分。「強みと子育て」について。子育て中の方10人(抽選)。
●300円。
◆おつくてあそぼう!! SAKUSAKU! 7月11日(土)午前10時～11時30分。竹のテント作り。6歳までの子と保護者20人(抽選)。

◆ヤングスクエア 7月18日(土)午前9時30分～11時30分。Tシャツをタマネギの皮で染色。小・中学生20人(抽選)。
●500円。

●～●は6月10日(火)午前9時～17日(木)に(公財)藤沢市みらい創造財団の圃から。

◆小さな映画館の七夕祭り 7月4日(土)午後4時～6時。小学生スタッフが選んだ16mmアニメ上映、ポップコーンの配布、ゲーム。

森のようちえん
とき 7月3日(金)午前10時30分～正午
ところ 少年の森
内容 スイカ割りほか
対象・定員 市内在住・在勤の2歳以上の幼児と保護者20人(抽選)
費用 500円
申し込み 6月12日(金)午前9時～16日(火)に(公財)藤沢市みらい創造財団の圃から
問い合わせ 少年の森 ☎(48)7234、☎(48)7249

CULTURE SPACE ●カルチャースペース●

特集

暮らしに安心! 国民年金

老後や万が一のときに支えとなる国民年金

国民年金は老後の生活資金だけでなく、病気や事故で障がいが残ったときや、生計を維持していた家族が亡くなったときにも生活を支えます。

65歳になったら 老齢基礎年金

保険料を納めた期間(保険料免除期間などを含む)が10年(120月)以上ある方が、65歳になって請求すると翌月から受けられます。



もしも障がいが残ったら 障がい基礎年金

国民年金の加入中に病気やけがで障がいが残ったときや、20歳前に病気やけがなどで障がいの状態となり、日常生活に著しく制限を受ける場合に受けられます。
※一定の要件を満たす必要があります

もしも加入中に亡くなったら 遺族基礎年金

国民年金加入中の方や、加入していた方で保険料を納めた期間(保険料免除期間などを含む)が25年以上ある方が亡くなったときに、亡くなった方によって生計を維持されていた子のある配偶者や子が受けられます。子が18歳になる年度末まで(1級・2級の障がいがある場合は20歳まで)となります。
※一定の要件を満たす必要があります

将来の年金受給額を増やすためのいろいろな方法

将来の生活に備えるために、老齢基礎年金の受給額を増やす方法を紹介します。

国民年金に加入している方

国民年金の付加保険料

国民年金の定額保険料に月額400円をプラスして納めると、老齢基礎年金の年金額に上乗せされて支給されます。制度を利用できるのは、国民年金第1号被保険者または任意加入者です。
※国民年金基金加入者は付加保険料を納めることはできません

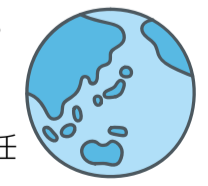
付加保険料を10年間納付した場合の例
10年間で支払う額 400円×10年(120月)＝4万8000円
将来受け取れる付加年金額 毎年2万4000円
↑ UP!

受付窓口 藤沢年金事務所、保険年金課、各市民センター(藤沢・村岡を除く)

海外在住の方

国民年金の任意加入

日本国籍を持つ20～64歳の方が海外に在住する期間、国民年金への加入義務はありませんが、任意で加入できます。任意加入して保険料を納めると老齢基礎年金を満額に近づけることができます。また万が一のときに障がい基礎年金などの対象となる場合があります。任意加入手続きには、原則、協力者(国内にいる親族など)の登録が必要です。※老齢基礎年金を受給している方、厚生年金・共済組合に加入している方は任意加入できません



受付窓口 藤沢年金事務所、保険年金課、各市民センター(藤沢・村岡を除く)

国民年金保険料の納付が困難なとき

収入の減少や失業、災害を理由に申請できる免除制度があります。免除制度を利用すると、老齢基礎年金や障がい基礎年金、遺族基礎年金の受給資格を確保することができます。

●所得による免除制度

本人・配偶者・世帯主それぞれの所得が少なく保険料の納付が困難なとき、申請し承認を受けると、保険料の全額または一部が免除されます。申請する年度の前年の所得に基づいて審査します。

●失業による特例免除制度

本人・配偶者・世帯主が会社を退職、または倒産・廃業した場合、特例による免除申請ができます。雇用保険被保険者離職票の写しなどを提出することで、失業した方の前年度の所得をゼロとみなして審査します。

●災害による特例免除制度

災害などで住宅などの財産が一定の損害を受けた場合、罹災証明書などを提出することで保険料が全額免除されます。

対象災害 流出、全壊、半壊、全焼、半焼、一部焼失、土砂流入、浸水など
対象財産 住宅、家財、住宅以外の建物、宅地、田畑、家畜など
対象被害 財産がおおむね2分の1以上損害を受けたとき



受付窓口 藤沢年金事務所、保険年金課、各市民センター(藤沢・村岡を除く)

※マイナポータルから電子申請するか、日本年金機構の圃から申請書をダウンロードして申請することもできます
※学生の方は「学生納付特例制度」を申請してください

■60歳以上の方

国民年金の任意加入

◎老齢基礎年金の受給資格を満たす

60歳の時点で老齢基礎年金の受給資格を満たさない方は、60～64歳の間に任意加入して定額保険料を納めることで、受給資格を満たせる場合があります。

また、65～69歳の間も、納付月数120月になるまで引き続き加入できます。

◎受け取る年金額を増やす

20～59歳で納付月数が479月以下の方は、60～64歳の間、国民年金に任意加入して定額保険料を納めることで受け取る年金を満額に近づけることができます。

※すでに老齢基礎年金を受給している方、厚生年金・共済組合に加入している方は加入できません

受付窓口 藤沢年金事務所、保険年金課、各市民センター(藤沢・村岡を除く)

■免除・納付猶予期間などがある方

国民年金保険料の追納制度

国民年金の保険料免除、納付猶予、学生納付特例が承認された期間があると、将来受け取る年金額が少なくなります。そのため、10年以内であれば後から納めること(追納)ができます。

※2023年度以前の保険料を追納する場合は、年度に応じた額が加算されます

受付窓口 藤沢年金事務所、保険年金課