

新年歩き初め!

年末年始の

運動不足を解消しよう!

お散歩アプリ「こまポンウォーク」

「今年こそ運動を始めたい!」「年末年始の運動不足を解消したい!」という方も多いのではないのでしょうか。気軽にウォーキングを始めるきっかけづくりとして、健康に役立つスマホアプリ「こまポンウォーク」をぜひご利用ください。

こまポンウォークの機能

- ・スマホを持ち歩くだけで歩数を記録することができます。
- ・家族や友人をフレンド登録し、歩数を共有することができます。
- ・日々の歩数などに応じて貯まるポイントを電子クーポンと交換し、市内取扱店舗での割引等にご利用できます。

インストールの案内

二次元コードを読み取り、ストアからアプリをインストールしてください。アプリのインストール後は、画面の案内に沿って新規登録を行ってください。

※新規登録時にメールアドレスが必要ですが、携帯会社のメールでは設定により確認メールが届かない場合がありますので、スマホの iCloud や Gmail のメールアドレスでのご登録をおすすめしています。



市ホームページ



iPhone の方
(App ストア)



Android の方
(Play ストア)

インストールはこちらの
二次元コードから♪



クーポン取扱店舗を募集

「こまポンウォーク」で発行するクーポンが使用できる店舗を随時募集していますので、ぜひご登録ください。

主な参加資格

小松島市内に店舗等を有する事業者

※参加資格について、市ホームページに掲載している募集要領等を必ずご確認ください。

申請方法

所定の申請書に必要事項を記入のうえ、市危機管理政策課へメール、郵送または持参により提出してください。

申請書は市ホームページからダウンロードできます。



市ホームページ
(店舗募集)

申請・問

〒773-8501 小松島市横須町1番1号 小松島市危機管理政策課(市役所4階)

☎ 32・2227 / FAX 32・3522

✉ komapon_walk@city.komatsushima.i-tokushima.jp

20歳になったら 国民年金に加入となります

日本に住む20歳から60歳未満のすべての人は公的年金に加入し、保険料を納めることになっています。

国民年金は、老後の生活保障だけでなく、万が一、病気やケガで障がいが残ったときや、一家の働き手が亡くなったときなど、あなたやあなたの家族を守ってくれます。20歳になると「国民年金加入のお知らせ」が日本年金機構から届きます。保険料の納め忘れがあると年金が受けられないことがありますので、ご注意ください。

なお、学生の方や収入が少なく保険料の納付が困難な方は、「学生納付特例制度」や「納付猶予制度」など保険料の支払いを猶予する制度があります。

○国民年金の給付は、3種類の基礎年金があります

○老齢基礎年金 65歳から生涯受けられます。

○障害基礎年金

病気やケガで障がいの状態になった方が受けられます。

○遺族基礎年金

亡くなった方に生計維持されていた「子のある配偶者」または「子」が受けられます。

○基礎年金番号通知書は大切に保管しましょう

公的年金制度では、すべての制度に共通して使用される基礎年金番号が用いられています。

国民年金や厚生年金に加入すると基礎年金番号が記載された基礎年金番号通知書が交付され、加入記録や保険料の納付状況などがこの番号で管理されます。

基礎年金番号通知書は、年金に関する手続きの際に必要となりますので、大切に保管してください。



問 II お問い合わせ先

問 市保険年金課 年金担当 (市役所1階③番窓口) ☎ 32・4120 / FAX 35・0173

✉ hokennenkin@city.komatsushima.i-tokushima.jp



2024年(令和6年)1月5日
広報こまつま

小松島市役所 代表☎32・2111 〒773-8501 徳島県小松島市横須町1番1号
電話番号に市外局番の記載がない場合、市外局番は「0885」です。