

10月から 年金生活者支援給付金が始まります

消費税率の引き上げ分を 活用し、公的年金等の収入 額と所得額との合計が一定 基準額以下の年金受給者へ 年金生活者支援給付金を支 給します。

給付開始の時期

令和元年10月分からが対 象で、年金振り込み口座に、 年金と別に支給されます。 通常は10月分と11月分が12 月中旬に支給されます。

ただし、請求手続きが遅 くなると支給月も遅くな り、支給されない月が発生 することがありますのでこ 注意ください。

請求手続き

給付金を受けるには、年 金生活者支援給付金の請求 書の提出が必要です。対象 者には、9月中旬に日本年金 機構から請求書を送付しま すので、必要事項を記入し、 日本年金機構へ提出してく ださい。

その後、日本年金機構か ら「審査結果の通知」が送 付されます。また、支給さ れる方には支払月の月上旬に 「振込通知書」が送付され ます。

支援給付金には、①老齢 (補足的)年金、②障害年金、 ③遺族年金の3種類があり ます。

①老齢年金生活者支援給付 金(補足的な老齢年金生活 者支援給付金)

対象 次のすべてを満たし ている方 65歳以上で、老齢基礎年

表1 給付額の算出方法

Table with columns for calculation methods (A and B) and amounts for different exemption periods.

※前年の所得額が779,300円を超え879,300円以下の方は調整支給率(毎年 の老齢基礎年金額の改定に応じて変動)を乗じ、「補足的な老齢年金生活者支援給付金」として支給されます。

表2 保険料納付済み期間別の給付額の算出例

Table showing payment amounts for different insurance contribution periods (480 months, 240 months, etc.).

※2人以上の子が遺族基礎 給付額(月額) 5千円

年金を受給している場 合は、5千円を子の数で 割った金額がそれぞれ に支払われます。

生活習慣病の予防には、 日々の生活習慣の見直しが 大切です。

9月は「健康増進普及月間」です 1に運動、2に食事、しっかりと禁煙、最後にクスリ

9月は東京都自殺対策強化月間 気づいてください!

自殺防止! 東京都キャンペーン

「こころの体温計」でストレスチェック 「こころの体温計」はパソコンや携帯電話を利用して、気軽にストレスや落ち込み度が