

▼相談

「人権・悩みごと相談所」
が開設されます

問 長野地方法務局飯山支局
☎0269(62)2302

12月4日(木)から10日(水)までの「第66回人権週間」に合わせて、人権・悩みごと相談所を開設します。
相談は無料で、秘密は固く守られます。お気軽にご相談ください。

期日 12月4日(木)

時間 午前9時～午後3時

会場 中野人権センター

相談員 人権擁護委員

相談内容 不当な差別、虐待、いじめなどの人権問題、離婚・相続などの家庭問題など

女性の人権に関する

無料電話相談・相談所

問 長野地方法務局飯山支局
☎0269(62)2302

相談は無料で、秘密は固く守られます。ぜひ、この機会にご相談ください。相談内容など、詳しくはお問い合わせください。

●女性の人権ホットライン

11月17日(月)から23日(日)までの「全国一斉」女性の人権ホットライ

年金

控除証明書が発行されます

一年末調整・確定申告まで大切に保管をー

国民年金保険料は、所得税および住民税の申告において、全額が社会保険料控除の対象となります。

控除を受けるためには、年末調整や確定申告を行う際に、保険料を支払ったことを証明する「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」などが必要です。

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」は、11月上旬に日本年金機構から送付されます。なお、10月以降に今年初めて国民年金保険料を納付した方へは、平成27年2月上旬に送付されます。

※ご家族の保険料を納付された場合も、納付された方の社会保険料控除に加えることができますので、ご家族あてに送付された控除証明書を添付し、申告してください。

●11月(いい)30日(みらい)は「年金の日」です！

年金記録や将来の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」をご利用ください！

「ねんきんネット」をご利用いただくと、いつでもご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もとにさまざまなパターンを試算することもできます。

「ねんきんネット」について詳しくは、日本年金機構のホームページでご確認いただくか、長野北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

http://www.nenkin.go.jp/n/www/n_net/

問 控除証明書・ねんきんネット専用ダイヤル

☎0570(058)555

長野北年金事務所 ☎026(244)4100(代表)

平日午前8時30分～午後5時15分

一般的な相談は「ねんきんダイヤル」☎0570(05)1165

消費生活
相談

消費者トラブルと解決法

49

プロバイダ変更の勧誘に注意！

事例 「今契約しているプロバイダより、必ず安くなる」と電話で勧誘され、インターネットに接続するためのプロバイダ契約変更を承諾した。その後、業者の指示に従い、パソコンで新しい契約先のホームページを開くと、遠隔操作でプロバイダの変更が行われた。変更後、新しい契約先の方が高額になることが分かったので解約を申し出たが、「きちんと説明したので、解約には違約金1万5千円がかかる」と言われた。

アドバイス 電話で大手電話会社名をかたるなどして、プロバイダ契約の変更を持ち掛け、遠隔操作で設定変更をする勧誘方法に関する相談が急増しています。知らない間にオプションなどを申し込んだことになっているケースもありますので、注意が必要です。

解決方法 プロバイダなどの契約は法律上、クーリング・オフ制度がありませんので、契約内容、契約規約をご確認のうえ、変更する際には注意をしましょう。

問い合わせ・消費生活相談窓口

市民課生活交通安全係（内線238）

長野県長野消費生活センター ☎026(223)6777

巡回労働相談が行われます

問 長野県北信労政事務所

☎ 026(234)9532

長野県では、皆さんが抱える労働問題について、公正・中立な立場から、北信労政事務所の労働相談員が相談に応じます。相談は無料で秘密は固く守られます。

期日 11月11日(火)、12月9日(火)、平成27年1月13日(火)

時間 午後5時30分～8時30分

会場 勤労青少年ホーム

相談内容 急に賃金を下げられた、年休を取らせてもらえない、残業代を払ってくれない、職場の人間関係で悩んでいる、退職するように言われたが納得できないなど

※就職先の紹介などはできません。
対象 市内および周辺市町村に在住または在勤の方

申込方法 相談日の前日午後5時までに電話でお申し込みください。

多重債務者無料相談会

問 長野県長野消費生活センター

☎ 026(223)6777

弁護士・司法書士による多重債務者無料相談会が開催されます。借金問題でお困りの方は、一人で悩まずこの機会にぜひご相談ください。

面接は予約制で行いますので、前日までに申し込みください。

期日 12月10日(水)

時間 午前10時～午後5時

会場 長野県長野消費生活センター
(長野県長野保健福祉事務所1階)

養育費なんでも電話相談室

問 長野県青年司法書士協議会

☎ 0263(85)3268

司法書士が養育費に関する相談に電話で応えます。相談は無料です。

期日 12月6日(土)

時間 午前10時～午後5時

電話 0120(448)788

▼展示

市立博物館 ㊟火曜日 ☎ 22-2005	常設展示室「中野市の自然と歴史・文化・重要文化財柳沢遺跡展示室」 西沢今朝夷水彩画展「ふるさとの記憶」
中野陣屋・県庁記念館 ㊟火曜日 ☎ 23-2718	中野陣屋特別展「信州なかの酒蔵秋祭り！」 11月9日(日)まで 名僧の墨蹟展「妙心寺・正眼寺高僧たちの書」 11月12日(水)～30日(日) 陶灯り展 11月12日(水)～24日(月)

▼相談日程

子ども相談	期日 毎週月～金曜日 時間 午前8時30分～午後5時15分 会場 市役所子ども相談室	子ども相談室(内線278)
保健師による保健相談	期日 毎月第2・4金曜日(休所日を除く) 時間 午前10時～11時 会場 りんごっこ(中央子育て支援センター)	中央子育て支援センター ☎(22)2259
定期健康相談	①期日 毎週水曜日 時間 午前10時～11時30分 会場 中野保健センター ②期日 毎月第1木曜日 時間 午前10時～11時30分 会場 豊田保健センター	健康づくり課健康管理係 (内線242)
高齢者の方のための総合相談	期日 毎週月～金曜日 時間 午前8時30分～午後5時15分 会場 中野保健センター	高齢者支援課介護予防包括支援係(内線366)
行政相談	期日 11月10日(月)、12月10日(水) 時間・会場 ①午前9時～11時30分 豊田支所 相談室 ②午後1時～4時 市民会館44号会議室	庶務課庶務文書係 (内線211)
消費生活相談	期日 毎週月～金曜日 時間 午前8時30分～午後5時15分 会場 市役所市民課生活交通安全係	市民課生活交通安全係 (内線238)
女性相談 面接は予約制	期日 毎週月～金曜日(祝日を除く) 時間 午前8時30分～午後5時15分 会場 中野人権センター	人権・男女共同参画課 ☎(23)4810
身体障がい者相談所 予約制	期日 毎月第1・3水曜日 時間 午後2時～4時 会場 福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 ☎(26)3111
福祉相談・ボランティア相談	期日 毎週月～金曜日 時間 午前9時～午後5時 会場 福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 ☎(26)3111
心配ごと相談	期日 毎週月～金曜日 時間 午後1時30分～4時30分 会場 福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 ☎(26)3111
結婚相談 予約制	期日 毎週月～金曜日 時間 午前9時～午後5時 会場 福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 ☎(26)3111
法律相談 予約制	期日 毎月第1・3月曜日(月曜日の場合は翌火曜日) 時間 午後1時30分～3時30分 会場 福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 ☎(26)3111
職業相談	期日 毎週月～金曜日 時間 午前8時30分～午後5時 会場 中野市地域職業相談室(南宮庁舎)	中野市地域職業相談室 ☎(23)4710
交通事故巡回相談	期日 11月20日(木) 時間 午前10時～午後3時 会場 北信合同庁舎	北信地方事務所 ☎(22)3111