# ALT Diary

ALTの先生たちによるリレーコラムです。日々の発見や好きなこと、ふるさとの話などを通して、世界とつながるひとときをお楽しみください。



QRコードから、記事全文を読むことができます ▶

## Hello from Mae!

－メイ先生からのメッセージ－

**Ako na sunod! (My turn!)**

In the Philippines, no celebration feels complete without karaoke. At birthdays, Christmas parties, and family gatherings, someone is always singing while everyone waits for a turn. Sometimes, someone even chooses your song for you! When I came to Japan, I wondered if karaoke was part of celebrations here too. I soon discovered karaoke shops and loved the idea of having a private room, endless songs, snacks, and drinks. It feels like having a little concert all to yourself. Still, the best part is the same. Whether we sing beautifully or terribly, we laugh and enjoy the moment together. I came to Japan to teach English, but karaoke taught me that music needs no translation. Just pass me the microphone and let me sing!

**わたしの番です！**

フィリピンでは、カラオケのないお祝いなんて考えられません。誕生日やクリスマスパーティー、家族の集まりでは、誰かが歌い、みんなが順番を待っています。時には、あなたが歌う曲を誰かが勝手に選んでくれることさえあります！日本に来たとき、私は「日本でもお祝いの席でカラオケをするのかな？」と気になっていました。すぐにカラオケ店の存在を知り、個室で好きなだけ歌えて、軽食や飲み物も楽しめるというスタイルが大好きになりました。まるで、自分だけの小さなコンサート会場があるような気分です。それでも、一番大切なところはフィリピンも同じです。上手に歌えても、そうでなくても、みんなで笑って、その時間を一緒に楽しむということです。私は英語を教えるために日本に来ましたが、カラオケが教えてくれたのは、音楽に言葉の壁はないということです。さあ、私にマイクを渡して、思い切り歌わせて！

# 国民年金に関するお知らせ

桜井年金事務所 ☎ 42-0033
町住民保健課 ☎ 34-2095

**日本年金機構から「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が下記のとおり送付されます**

※町役場では、再発行できません。

| 国民年金保険料の納付時期 | 送付方法 | 送付時期 |
|---|---|---|
| ❶1月1日～9月30日 | 電子送付 | 10月中旬～下旬 |
| | 郵送 | 10月下旬～11月上旬 |
| ❷10月1日～12月31日（❶の対象者を除く） | 電子送付 | 令和9年1月下旬 |
| | 郵送 | 令和9年2月上旬 |

**問い合わせ先**

**▶ねんきん加入者ダイヤル**

☎ 0570-003-004（ナビダイヤル）

**受付時間**

▶月～金曜日…午前8時30分～午後7時

▶第2土曜日…午前9時30分～午後4時

※休日、祝日（第2土曜日を除く）、12月29日～令和9年1月3日はご利用いただけません。

国民年金保険料は、納付した全額が所得税及び住民税の社会保険料控除の対象となります。控除の対象となるのは、その年の1月から12月までに納められた保険料の全額です（過去の年分や追納された保険料も含まれます）。

なお、国民年金保険料について社会保険料控除を受けるためには、年末調整や確定申告を行うときに領収証書や社会保険料（国民年金保険料）控除証明書など保険料を納付したことを証明する書類の添付が必要となります。

※ご家族の国民年金保険料を納付されている場合、その保険料も合わせて控除が受けられます。

また、社会保険料（国民年金保険料）控除証明書は、e-Taxで利用できる電子版の交付も行っています。マイナポータルから「ねんきんネット」にログインし、電子送付希望の登録をすると、マイナポータルの「お知らせ」で電子版を受け取ることができます（登録をすると郵送されなくなります）。

## 無料相談窓口

| 相談名 | 日時 | 場所 | 内容 | その他 |
|---|---|---|---|---|
| 無料税務相談（予約制） | 11月18日㈬ 午後1時～4時（1人30分以内） | 町役場2階 会議室201 | 国税に関する一般的な税務相談 | 対象＝税理士に依頼していない人<br>担当＝近畿税理士会桜井支部所属の税理士<br>申込＝税務課町民税係☎34-2112（11月2日㈪から受付）<br>問　近畿税理士会桜井支部事務局☎41-6477 |
| 消費生活相談 | 毎週火・金曜日 午前10時～午後3時 | 町役場1階 相談室1C | 商品やサービスに関する相談 | 担当＝消費生活相談員<br>相談方法＝面談・電話（☎32-2901〈内線174〉）<br>問　住民保健課☎34-2087 |
| 人権相談 | 11月19日㈭ 午後1時～3時 | 町役場2階 会議室201 | 人権問題に関わる困りごと相談 | 問　住民保健課☎34-2087 |
| みんなの人権110番 | 電話での相談になります。☎0570-003-110 | | 人権問題に関わる困りごと相談 | 問　奈良地方法務局中和支局 ☎22-3045 |
| 行政相談 | 11月19日㈭ 午後1時～3時 | 町役場2階 相談室2B | 国の行政全般についての不満、要望などの相談 | 問　住民保健課☎34-2087 |
| 無料法律相談（予約制） | 11月19日㈭ 午後1時～4時（1人30分程度） | 町役場1階 相談室1C | 弁護士による法律相談 | 定員＝6人（申込順）<br>問・予約　11月2日㈪から、住民保健課（☎34-2087）へ。 |
| 中南和法律センター（予約制） | 12月2日㈬ 午後1時～4時（1人30分程度） | 町役場1階 相談室1C | 弁護士による法律相談 | 申込開始日時＝11月18日㈬午前9時30分～<br>問・予約　奈良弁護士会（☎0742-22-2035／午前9時30分～午後5時／土・日曜日、祝日を除く）<br>※中南和各地でも相談を実施しています。 |
| 青少年悩みごと相談（予約制） | 毎週火・金曜日 午後1時～4時 | 青垣生涯学習センター | 自分の子どもや地域の青少年にかかわる相談 | 担当＝社会教育指導員<br>問・予約　文化振興課☎32-6193 |
| やすらぎ相談 通常相談（予約制） | 毎週火・水・金曜日 午後1時～4時 | 青垣生涯学習センター | 園・学校になじみにくい幼児、小・中学生と保護者のための相談 | 問・予約　教育総務課☎34-2074 |
| やすらぎ相談 特別相談（予約制） | 11月25日㈬ 午前10時～午後3時30分 | 青垣生涯学習センター | 園・学校になじみにくい幼児、小・中学生と保護者のための専門的な相談 | 担当＝公認心理師<br>問・予約　相談日の1週間前までに教育総務課（☎34-2074）へ。 |
| 若者自立のための無料相談（予約制） | 11月25日㈬ 午後2時～4時 | 町役場1階 相談室1C | さまざまな理由で働くことが困難な若者や、その家族のための相談（厚生労働省委託事業） | 問・予約　若者サポートステーションやまと ☎44-2055<br>※予約は前日まで。 |
| しごと相談（予約制） | 11月26日㈭ 午前9時30分～午後0時30分 | 町役場1階 相談室1C | 女性の再就職相談も含めた仕事に関わる相談全般 | 問・予約　高田しごとiセンター（☎0745-24-2010／午前9時～午後4時／日曜・祝日を除く）<br>※予約・キャンセルは前日の午後4時まで。 |
| 事業承継個別相談（予約制） | 12月3日㈭ 午後1時～4時 | 申込者に個別案内 | 後継者不在やM&Aなど事業承継に関わる相談全般 | 担当＝奈良県事業承継・引継ぎ支援センター<br>問・予約　かせぐ地域課☎34-2080<br>※予約は3開庁日、キャンセルは前日まで。 |
| 生活自立相談（予約制） | 要予約 | 都度ご案内します | 失業などで生活や経済的にお困りの人への相談・支援 | 問・予約　県中和・吉野生活自立サポートセンター（☎0120-85-1225／午前9時～午後5時／土・日曜日、祝日を除く／✉cysupportc@nara-shakyo.jp） |
| 心配ごと相談（予約制、空きがあれば当日可） | 11月26日㈭ 午後1時～4時 | 町社会福祉協議会2階 相談室 | 家庭問題、財産など生活上の悩みの相談 | 担当＝民生児童委員ほか<br>問　町社会福祉協議会☎34-2118 |

# 生活安全ニュース

問　天理警察署☎0743-62-0110／田原本警察庁舎☎33-0110

### ■ 郵便局を名乗る詐欺電話が急増中！

最近、郵便局を名乗る詐欺電話が急増しています。

手口は「あなたの荷物を預かっています。」と自動音声の電話がかかってきて、手続きのため1番を押すと、犯人と通話がつながり「あなた宛ての荷物に通帳や現金が入っていました。」と言われ、ニセ警察官から資産調査の名目で、振込みや現金を要求され、お金を騙し取られるというものです。

**特殊詐欺には銀行口座などが悪用されています**

安易に自分の通帳やキャッシュカード、携帯電話を他人に渡してしまうと、特殊詐欺を助長することとなり、犯罪にもなりますので、絶対にやめましょう。