

申し込み時の必要事項

- ① 行事名(希望する日時・曜日・会場・コースなども) ② 住所(郵便番号も) ③ 氏名(ふりがな) ④ 年齢
 ⑤ 電話番号(ファクスの方はファクス番号、メールの方はEメールアドレスも) ⑥ 学校名・学年(児童・生徒のみ)
 ⑦ 返信先(往復はがきの場合)

在宅難病患者に

酸素濃縮器の電気料を助成

助成金額1日の使用時間が12時間未満Ⅱ月額千円、12時間以上Ⅲ月額2千円。

必要書類①主治医の証明がある申請書②預金通帳のコピー(口座番号が確認できるもの)

③印鑑(郵送の場合は書類の必要個所の押印)。
対象在宅で酸素療法などを行っている方。

申込1月11日(水)～2月28日(火)に、区役所の地域保健課へ必要書類を持参、送付。

【詳細】区役所(13階)の地域保健課(ただし、東区は(71)3211、南区は(58)5211)

介護老人保健施設の開設

施設名フォーシーズン真駒内(南区真駒内南町4の3)。4月1日(土)開設予定。

対象病状が安定期にあり、入院は必要ないが、リハビリや介護を中心とした支援を必要とする要介護1以上の方76人。

費用要介護度に応じた負担のほか、居住費、食費など。
申込1月16日(月)から開設準備室(施設所在地)、市役所3階高齢施設課、区役所で配布する申込書を参照。

【詳細】開設準備室(58)1200か高齢施設課(21)2972



健康

市民講座～森田療法

テーマ神経症を乗り切る。

日時1月21日(土)午後1時～3時30分。

会場WEST19(13階)。

【詳細】こころのセンター(622)0556

精神療養講座

内容日常の臨床で感じていること。

日時・会場1月21日(土)午後2時～4時。社会福祉総合センター(13階)。

【詳細】障がい福祉課(21)2936

家庭医学講座

終了後、個人相談コーナーを設けます。

内容耳、鼻、のど、口のがん。
日時・会場1月28日(土)午後1時30分～3時30分。医師会館(中央区大通西19)。

【詳細】地域保健課(21)2306

女性のフレッシュ健診

内容骨粗しょう症検診と健康診断の同時受診。

日時1月31日～2月14日の火曜午前8時30分～正午。

会場中央健康づくりセンター

(中央区南3西11)。

対象市内に居住または勤務する18歳～39歳の女性各日10人。費用2千円。

申込1月18日(水)午前8時45分から。1月12日(木)からHPで別枠分を受け付け。いずれも(先着)

【申込先・詳細】中央健康づくりセンター(562)8700

ひきしめ体操



体の引き締めと肥満改善を目指し、週2回の運動と栄養指導を実施します。

内容・日時健康診断・体力測定Ⅱ1月25日(水)か26日(木)の午前8時45分～午後3時30分。運動Ⅱ1月31日～3月28日の火・金曜午後2時20分～3時30分。全16回。

会場中央健康づくりセンター(中央区南3西11)。

定員・費用30人。2万円。
申込1月19日(木)までに中央健康づくりセンターへ。(抽選)

【詳細】中央健康づくりセンター

(562)8700



保険・年金

国民健康保険料・介護保険料は税金の所得控除の対象に

昨年中に納められた保険料は、税申告の際、社会保険料控除の対象となります。口座振替で納付された方には、国民健康保険と介護保険の「年間納付済額のお知らせ」を1月末に別々にお送りしますのご利用ください。ただし、介護保険料の特別徴収(年金からの天引き)分はこのお知らせには含まれませんので、年金保険者から送付される源泉徴収票でご確認ください。

領収書の紛失などで代わりに納付確認書を発行しますので、1月13日(金)以降に区役所保険年金課へお問い合わせの上、お越しくください。

【詳細】区役所(13階)の保険年金課

国民年金

△20歳になったら国民年金

日本に住んでいる20歳以上60歳未満の方で、厚生年金・共済組合に加入していない方は、原則として国民年金に加入しなければなりません。20歳になったら、大学生・専門

学校生の方も忘れずにお住まいの区の区役所年金係で加入の手続きをしてください。
【詳細】区役所(13階)の保険年金課年金係



税金

△償却資産の申告を

1月1日現在、市内で事業を営み、事業用償却資産(事務機器・店舗用備品・各種機械工具など)をお持ちの方には、固定資産税が課税されます。年内に「償却資産申告書」をお送りしますので、償却資産のある区に提出してください。申告書が届かない方、不明な点がある方はご連絡ください。

なお、1月16日(月)からインターネットによる電子申告も可能となります。
【申告期限】1月31日(火)。

△給与支払報告書の提出を
 1月1日現在、従業員が居住している市町村ごとに、総括表を添えて該当の市町村へ直接提出してください。従業員の居住している住所と住民登録上の住所が異なる場合は、住所について個別の判定が必要となりますので、区役所までご連絡ください。

【提出期限】1月31日(火)。

△所得税の還付申告は1月から
【詳細】区役所(13階)の課税課から税務署で受け付けます