



**介護予防セミナー**  
 日にち 12月15日(金)  
 時間 11時～14時  
 場所 11 コミュニティホール  
 内容 11 講演(テーマ: 高齢者の不安を予防、成年後見制度の不安を予防、成年後見制度の不安を予防、成年後見制度の不安を予防)  
 講師: 笑福亭學光さん 実技(テーマ: これから先も自分らしく生活するための健康メンテナンス) 講師: 健康運動指導士の村田壮さん 展示など  
 定員 11 先着80人  
 申込方法 11 12月6日(水)までに  
 来所・電話してください  
 申込・問合せ先 11 地域包括支援センター あんあん 市役所(☎63・1268) ▼宝生苑(☎68・0705) ▼常磐苑(☎68・1310)

**介護者交流会**  
 日にち 11月27日(月)  
 時間 11 午後1時30分～3時  
 場所 11 社会福祉センター  
 対象 11 在宅で介護する人  
 内容 11 懇談・交流  
 申込方法 11 電話で申し込んでください  
 申込・問合せ先 11 社会福祉協議会(☎62・2222、FAX: 65・4962)

**ひだまりの会**  
 日にち 11月21日(火)  
 時間 11 午後1時30分～3時30分  
 場所 11 府立洛南寮  
 対象 11 市内に在住する高齢者  
 内容 11 カラオケ  
 申込方法 11 電話で申し込んでください  
 申込・問合せ先 11 社会福祉協議会(☎62・2222、FAX: 65・4962)

**市税などの納期限**

種別	納期限	問合せ先
市・府民税(第3期)	11月30日(木)	税務課 ☎64-1318
国民健康保険税(第6期)		国保医療課 ☎64-1332
後期高齢者医療保険料(第5期)		国保医療課 ☎64-1374



▼納期限内に納付されなかったときは督促状を発送します。督促料200円を加算します。  
 ▼滞納した場合、延滞金を徴収することがあります。また、滞納分の税の徴収は京都地方税機構が行います。  
 ▼口座振替・自動払込の人は、納期限の前日までに登録口座の預貯金残高を確認してください。  
**市税の納付コンビニでも**  
 固定資産税・都市計画税、市・府民税、軽自動車税、国民健康保険税の納付書で、コンビニが印字されたものは、コンビニエンスストアでも納付できます。  
**問合せ先** 11 税務課(☎64・1318)  
**個人住民税は特別徴収**  
 すべての事業者が対象  
 府と府内26市町村は、地方税法に基づき、平成30年度から、原則として、すべての事業者を

しめきり 11月16日(木)  
 申込・問合せ先 11 社会福祉協議会(☎62・2222、FAX: 65・4962)

**見えない・見えにくい人のサテライト事業**  
 日にち 11月8日(水)  
 時間・内容 11 ▼午前10時30分～正午: 個別相談・訓練(要申込) ▼午後1時～3時: サロン「趣味の紹介・遊具で楽しむ」  
 場所 11 障害者生活支援センター ふらっと  
 対象 11 見えない・見えにくいことで困っている人  
 申込・問合せ先 11 京都ライトハウス鳥居寮(☎075・463・6455)

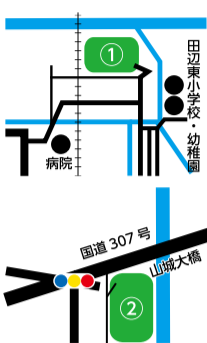
**自殺予防ゲートキーパー養成研修会**  
 日にち 12月9日(土)  
 時間 11 午後1時30分～3時30分  
 場所 11 社会福祉センター  
 内容 11 悩んでいる人に気付いて必要な支援につなげ、見守る自殺予防ゲートキーパーの養成研修会(職場のメンタルヘルス編)  
 講師 11 ゲートキーパー支援センター 理事長の竹内志津香さん  
 定員 11 先着50人  
 申込方法 11 電話・FAX・はがきで、氏名・住所・電話番号を連絡してください  
 しめきり 12月4日(日) (当日消印有効)  
 手話通訳・要約筆記・磁気録音システムが必要なのは、11月24日(金)までに申し込んでください  
 申込・問合せ先 11 障害者生活支援センター ふらっと(〒610-0361 京田辺市河原食田10-23、☎68・1070、FAX: 68・1071)

特別徴収義務者に指定します。個人住民税の特別徴収にご理解とご協力をお願いします。  
**問合せ先** 11 事務手続に関すること: 税務課(☎64・1317) ▼取組全般に関すること: 京都府総務部税務課(☎075・414・4433)

**京奈和自動車道夜間通行止め**  
 期間 11月13日(月)～18日(土) 19日(日)を除く。  
 予備日は11月22日(水)  
 時間 11 午後8時～翌日午前6時  
 区間 11 田辺北IC～木津IC(上下線)  
**問合せ先** 11 西日本高速道路(株)関西支社 京都高速道路事務所(☎075・632・1230)




**田辺・草内木津川運動公園が利用中止**  
 台風21号による大雨で左記の施設が冠水したため、当面の間利用を中止します。すでに利用料を支払った人は、問い合わせください。  
 なお、復旧の時期は未定です。  
**利用中止施設(左図)** 1 田辺木津川運動公園(野球場・ソフトボール場・テニスコート) 2 草内木津川運動公園(野球場)  
**問合せ先** 11 田辺中央体育館(☎62・1501)



**介護保険料出張納付相談**  
 日にち 場所 11 11月24日(金) 老人福祉センター常磐苑 11月

**ボランティア de 生きがいがづくり**  
 対象 ▶ 60歳以上

市は、福祉施設などで活動するボランティア登録者を募集しています。特技・経験を生かし、ボランティアで生きがいがづくりをしませんか。登録すると、活動実績に応じてポイントが付与します。たまったポイントは、年間5,000円を上限に換金できます。  
**対象** = 市内に在住し、要介護認定などを受けていない60歳以上の人  
**活動場所** = 市内の介護保険施設・障がい児(者)施設・子育て支援施設など  
**活動内容** = 施設行事の手伝い、利用者の話し相手、子どもの遊び相手、趣味・特技の披露など(1回1～2時間程度)  
**希望者は講習会の受講を** 登録には、講習会の受講が必要です。  
 日にち = 12月7日(木)



子どもたちに昔ながらのしめ縄飾りの作り方を教える登録者(大住児童館)

**ポイント集めて素敵な商品をゲット**  
**楽しく♪健康づくり**  
 今年度のしめきりは平成30年3月9日

市は、健康と幸せを組み合わせた「健幸」をキーワードに、一人ひとりの健康づくりを応援する「健幸パスポート」事業を行っています。  
 各種検(健)診の受診、健康づくりに関する事業・イベントへの参加、「健幸目標」を立て実践するなど、健康づくりに取り組むとポイントがたまります。10ポイント以上集めて応募すると、抽選で健康グッズなどをプレゼント。また、応募者全員に平成30年度「一休さんウォーク」ペア参加券を差し上げます。  
 詳しくは、健康推進課・市ホームページなどにある「健幸パスポート」(=右図)をご覧ください。

**対象** = 市内に在住する16歳以上の人  
**しめきり** = 平成30年3月9日(金) (当日消印有効)  
**応募・問合せ先** = 健康推進課(☎64-1335)



**My number card**  
**マイナンバーカード(個人番号カード)**  
**e-Taxでの活用を検討する人は早めの申請を**

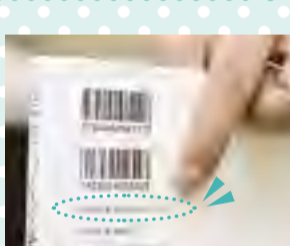
マイナンバーカードは、自身のマイナンバーを証明するとともに、公的な本人確認書類としても使える便利なカードです。また、同カードに内蔵された「署名用電子証明書」で、税務署へ出向くことなく所得税の電子申告(e-Tax)などの手続きができます(e-Taxの利用には、インターネットに接続されたパソコンとカードリーダーが必要です)。  
 申請から同カードの受け取りまで約1カ月かかりますので、確定申告でe-Taxの活用を検討する人は、早めに申請してください。  
 なお、同カードに格納される情報は住所・氏名・性別・生年月日のみで、税情報などプライバシー性の高い情報は格納されません。  
**【申請方法】**  
 個人番号通知カードに添付の申

請求書を郵送してください  
 申請書の記載事項に変更がある人や申請書をなくした人には、新たに申請書を発行しますので、市民年金課に本人確認書類を持参してください。  
**【申請書送付先】**  
 地方公共団体情報システム機構 個人番号カード交付申請書受付センター(〒219-8650 日本郵便 奈良川崎東郵便局郵便私書箱第2号)  
**【問合せ先】**  
 カードの申請に関すること = 市民年金課(☎64-1330)  
 e-Taxに関すること = e-Tax作成コーナーヘルプデスク(☎0570-01-5901)  
 マイナンバー制度に関すること = マイナンバー総合フリーダイヤル(☎0120-95-0178)

**ホンデリングプロジェクト**  
**眠っている本の寄贈を**  
**犯罪被害者への支援につなげます。**


11月25日(土)～12月1日(金)は犯罪被害者週間です。事故や犯罪で受けた心の傷を癒やすには、周囲の人の理解・配慮や協力が不可欠です。被害者が抱える問題や被害者への支援について考えてみませんか。

市は、「ホンデリングプロジェクト」に取り組んでいます。同プロジェクトは、皆さんから寄贈された本の売却代金を、犯罪被害者への支援に役立てる活動です。  
 本市では、8月21日までに2,350冊を回収し、37,597円を寄付しました。あなたの一冊が、犯罪被害に苦しむ人への手助けになります。家庭で眠っている本があれば、引き続き協力をお願いします。  
**対象** = ISBNコード(=上図)が付いた書籍  
**回収場所** = 人権啓発推進課 ▼ 三山木福祉会館  
**問合せ先** = 人権啓発推進課(☎64-1336)



**ミニ健康講座**

朝ごはんは一日の始めの大事なスイーツ。脳と体を目覚めさせ、ポーンとした頭を働かせるエネルギー源となります。体内リズムと生活リズムのずれをなくすためにも、毎朝しっかりと食べる習慣をつけましょう。



市健康増進計画・食育推進計画中間評価は、市ホームページに掲載しています。