

お知らせ

市税などの納期限		
種別	納期限	問合せ先
市・府民税(第4期)	1月31日水	税務課 ☎64-1318
国民健康保険税(第8期)		国民医療課 ☎64-1332
後期高齢者医療保険料(第7期)		国民医療課 ☎64-1374

▼口座振替・自動払込の人は、1月30日(火)までに登録口座の預貯金残高を確認してください。また、バーコード付きの納付書はコンビニエンスストアでも納付できます。

▼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。督促状を発送した場合は、督促手数料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。

個人事業主は 事業所の申告を忘れずに

市内に事務所・事業所がある個人事業主で、まだ市に届け出をしていない人は、所在地・屋号・事業内容などに関する申告を行ってください。また、申告した後に、内容に変更が生じた場合や、廃業・法人化により個人事業主でなくなった場合にも申告が必要です。申告書は税務課で配布しています。

健康・福祉

Health

福祉タクシー利用券・福祉ガソリン代の助成

市は、障がいのある人の生活行動範囲を拡大し、社会参加を促進するため、福祉タクシー利用券・福祉ガソリン代金助成金を交付しています。平成29年度分の申請がまだの人は、早めに手続きしてください。

なお、助成の対象となるのは、申請日以降3月31日までの利用分です。

対象Ⅱ 視覚障害Ⅰ～Ⅲ級
 ▼下肢または体幹機能障害Ⅰ～Ⅲ級
 ▼上下肢機能障害Ⅰ～Ⅱ級
 ▼心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸・肝臓およびヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害のいずれかが1級
 ▼平衡機能障害Ⅲ級
 ▼療育手帳の障害程度「A」
 ▼精神障害者保健福祉手帳の障害程度1級

申請方法 福祉タクシー利用券・福祉ガソリン代金助成金交付申請書、右記の等級の認定を受けた各種障害者手帳、印鑑を持参してください

受付期間Ⅱ 福祉タクシー利用券：3月30日(金)まで
 福祉ガソリン代金助成金請求：4月20日(金)まで

申請・問合せ先 障害福祉課 ☎64-1372

歯磨き術をマスター！歯周病予防講座

市は、歯周病予防講座を開きます。

申告・問合せ先 税務課 ☎64-1317

国保・後期高齢者医療保険料(料)を特別徴収

市は、国民健康保険税(国保税)と後期高齢者医療保険料を特別徴収(年金から差し引き)しています。

2月に国保税・後期高齢者医療保険料を特別徴収で納付した人は、原則として4・6・8月も2月と同額が特別徴収されます。ただし、世帯主が4月から平成31年3月までに75歳になる場合は、4月以降の国保税は特別徴収せず、普通徴収(口座振替か納付書払い)に変わります。

なお、次の要件を満たす人は、4月以降新たに特別徴収となる場合があります。

【対象世帯】

国保税Ⅱ世帯主が国保加入者
 ▼世帯内の国保加入者全員が65～74歳
 ▼年額15万円以上の年金を受給し、国保税と介護保険料の合算額が特別徴収の対象となる年金額の2分の1を超えない

後期高齢者医療保険料Ⅱ後期高齢者医療の被保険者▼年額18万円以上の年金を受給し、後期高齢者医療保険料と介護保険料の合算額が特別徴収の対象となる年金額の2分の1を超えない

【納付は口座振替でも】

特別徴収を希望しない場合は、納付方法を口座振替に変更することができます。1月31日(木)までに手続きすると、4月分から口座振替に変更します。

手続方法 市内の指定金融機関に通帳・届出印・保険証を持参して口座振替依頼書提出後、国保医療課に口座振替依頼書の控え・保険証を持参してください

【申請・問合せ先】

国保医療課(▼国民健康保険に関すること) ☎64-1332

20歳になったら 国民年金に必ず加入

国民年金は、老後の所得保障だけでなく、病気やけがで重い障がいが残った場合にも年金が支払われる制度です。

20～60歳の人は、国民年金に加入することが義務付けられています。20歳になったら必ず加入しましょう(勤務先で厚生共済年金に加入している人を除きます)。

なお、学生や、収入が少なく保険料を納付できない人には、納付猶予・免除の制度があります。保険料の未納が続くと、老齢障害年金を受給できなくなったり、将来受け取れる年金額が少なくなったりすることがありますので、必ず申請してください。

保険料 平成29年度 1月額1万6千490円

手続き先 Ⅱ学生・自営業者など：市役所・年金事務所 Ⅲ会

▼後期高齢者医療に関すること ☎64-1374

保険料(料)を郵送

納付済確認書を郵送

市は、1月下旬に国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の「確定申告用納付済確認書」を郵送しました。平成29年中に納付したこれらの保険料(料)は、同年分の確定申告・個人住民税申告のときに、費用を負担した人の社会保険料控除として申告できます。ただし、特別徴収(年金から差し引き)の場合、社会保険料控除として申告できるのは年金受給者本人に限られます。

問合せ先 Ⅱ国民健康保険・後期高齢者医療に関すること：国民医療課 ☎64-1332、☎64-1374 Ⅲ介護保険に関すること：高齢介護課 ☎64-1373

20歳になったら 国民年金に必ず加入

国民年金は、老後の所得保障だけでなく、病気やけがで重い障がいが残った場合にも年金が支払われる制度です。

20～60歳の人は、国民年金に加入することが義務付けられています。20歳になったら必ず加入しましょう(勤務先で厚生共済年金に加入している人を除きます)。

なお、学生や、収入が少なく保険料を納付できない人には、納付猶予・免除の制度があります。保険料の未納が続くと、老齢障害年金を受給できなくなったり、将来受け取れる年金額が少なくなったりすることがありますので、必ず申請してください。

保険料 平成29年度 1月額1万6千490円

手続き先 Ⅱ学生・自営業者など：市役所・年金事務所 Ⅲ会

認知症家族交流会

市は、認知症家族交流会を開きます。

認知症高齢者の介護の悩みを相談したい、話を聞いてほしいと思ったことはありませんか。認知症の人や介護をする人同士で不安や苦勞を語り合い、認知症への理解を深めましょう。

日にち Ⅱ2月20日(火)
 時間 Ⅱ午後2時～4時
 場所 Ⅱ北部住民センター
 対象 Ⅱ市内に在住する認知症の人や家族

内容 Ⅱ「認知症の人と家族の会」の介護体験者を使った交流会
 Ⅲ定員 Ⅱ先着15人
 申込方法 Ⅱ電話で申し込んでください

申込・問合せ先 Ⅱ地域包括支援センター あんあん市役所 ☎63-1268

叙勲・褒章

高齢者叙勲
 【瑞宝双光章】
 澤井公義さん(元公立中学校長、大住)
 問合せ先 Ⅱ秘書広報課 ☎64-1322

社員・公務員に扶養されている配偶者：会社員・公務員の勤務先納付方法 Ⅱ日本年金機構から送付される納付書で納付してください。口座振替・クレジットカード納付・電子納付などもできます

【申請・問合せ先】

▼市民年金課 ☎64-1333
 ▼京都南年金事務所 ☎075-643-2547

都市計画審議会の傍聴

日にち Ⅱ1月30日(火)
 時間 Ⅱ午後2時から
 場所 Ⅱ市役所5階全員協議会室
 内容 Ⅱご焼却場に係る都市計画手続について

申込方法 Ⅱ市ホームページで注意事項を確認し、30分前までに市役所3階306会議室へ来庁してください

問合せ先 Ⅱ計画交通課 ☎63-1219

文化財を 火災から守ろう

1月26日の文化財防火デーにちなみ、消防本部では1月20日(土)26日(金)を文化財防火週間としています。期間中、文化財建造物などへの立入検査のほか、消防署・消防団合同による消防訓練を行います。貴重な文化財を守るため、防火に努めましょう。

問合せ先 Ⅱ消防本部予防課 ☎63-7826

内容 レクリエーション・記念品贈呈(昼食付き)

当日の欠席者には記念品はありません。

申込方法 Ⅱはがきに「新入学児童のつどい参加希望」、住所、電話番号、保護者名、新入学児童と同行する兄弟姉妹の名前、ふりがな・生年月日・性別、最寄り駅、参加人数を書いて郵送(〒604-0874京都市中京区竹屋町通鳥丸東入る清水町375京都府立総合社会福祉会館内)してください

多数の場合は抽選します。

しめきり Ⅱ2月9日(金)必着

申込・問合せ先 Ⅱ母子家庭：京都府母子寡婦福祉連合会 ☎075-223-1360、☎075-950-1503
 ▼父子家庭：京都府民生児童委員協議会 ☎075-256-7083、☎075-256-7084

がん個別相談会

日にち Ⅱ2月13日(火)・3月13日(火)
 時間 Ⅱ午後1時～3時30分
 場所 Ⅱ山城北保健所(宇治市)
 内容 Ⅱ府がん総合相談支援センターの保健師・看護師による無料相談

申込方法 Ⅱ前日の午後4時までに電話で申し込んでください

申込・問合せ先 Ⅱ京都府がん総合相談支援センター ☎0120-078-394

ひとり親家庭を励ます 知事と新入学児童のつどい

日にち Ⅱ3月4日(日)
 時間 Ⅱ午前10時30分～午後2時30分
 場所 Ⅱ京都テルサ(京都市)
 対象 Ⅱ市内の小学校に入学するひとりの親家庭の親子

スポーツ



トレーニングルーム

利用講習会

日時 Ⅱ2月9日(金)・20日(火)
 ①午後7時～8時30分 ②午後8時～9時30分
 ▼2月11日(曜)①午前9時30分～11時 ②午前10時30分～正午

場所 Ⅱ田辺中央体育館

対象 Ⅱ市内に在住・通勤・通学する15歳以上の人。中学生を除きます

内容 Ⅱ田辺中央体育館トレーニングルームの登録・利用者講習

受講料 Ⅱ各回15人
 受講料 Ⅱ1千円

申込方法 Ⅱ来館・電子メール(件名は「トレーニングルーム講習会希望」、往復はがきで、希望日時・住所・氏名(ふりがな・年齢・電話番号・勤務先が学校名)・往復の人は連絡してください。市外の場合は返信用紙に住所・氏名を書いてください。メールの返信がない場合は、電話で問い合わせください。しめきり Ⅱ各希望日の2日前(往復はがきは7日前)

申込・問合せ先 Ⅱ田辺中央体育館(〒610-0331京田辺市田辺丸山19、☎62-1501、メールアドレス gym@city.kwanabe.lg.jp)

eco 暮らしの中から省エネしよう

シリーズ⑤ 今日からできる！誰でもできる簡単省エネ

寒い冬も少しの工夫で快適に過ごすことができます。今日から簡単に取り組める省エネを紹介しますので、ぜひ試してみてください。

問合せ先 =環境課 ☎64-1366

■ヒーターは窓際に ヒーターは、窓際に置く方が効率よく室内を暖められます。窓から離れた場所に置くと、暖かい空気が窓際で冷やされ、冷たい空気が室内を循環してしまいます。

■冷蔵庫には余裕を持って お正月は冷蔵庫に食材が増えがちです。詰め込みすぎず、冷風口の前には物を置かないようにしましょう。庫内で冷風が回り、冷やしやすくなります。また、冷蔵庫自体が熱を持つので、上に物を置かないようにし、周囲に適当な間隔を空けましょう。

■こまめにお手入れ・温度調節 エアコンのフィルターは、2週間に一度を目安に掃除し暖房効率を上げ、温かく感じたら温度を下げましょう。設定温度を1度下げると消費電力を約10%削減できます。

■早めの電源オフ 電源を切っても室温は急に下がりません。外出や就寝の約15分前に電源を切りましょう。

健康な毎日は食事から 調理編 / 男性対象

ピンピン教室

市は、いつまでも健康で過ごせる体づくりのため、男性を対象に「ピンピン教室・調理編」を開きます。毎日の食事は自分らしく元気に生活するための第一歩です。料理が初めての人も、気軽に参加してください。

日時・内容 Ⅱ下表のとおり

場所 Ⅱ老人福祉センター宝生苑
 対象 Ⅱ自身で来所できる65歳以上の男性

多数の場合は、初めての人・すべての回に参加できる人を優先し抽選します。

参加費 Ⅱ無料

申込方法 Ⅱ1月4日(木)～19日(金)に電話で申し込んでください

申込・問合せ先 Ⅱ健康推進課 ☎64-1335

いつまでも健康に

シリーズ⑥ たばこから自分や大切な人を守ろう

今号は、健康増進計画・食育推進計画の重点プロジェクトの一つ「たばこ」について紹介します。

問合せ先 =健康推進課 ☎64-1335

市民アンケートの結果、男性の20～40歳代の喫煙者は約2割と年々減少していますが、50歳代で約3割となっており、家の中での分煙している人は5割でした。このことから同計画では、自分や大切な人をたばこの害(吸う害・吸わされる害)から守るため、次のような取り組みを進めることとしています。

▼たばこが未成年者や妊婦に及ぼす影響についての啓発

▼受動喫煙のリスクやマナーの啓発と、公共施設における禁煙の推進

ミニ健康講座

■たばこの煙はPM2.5

PM2.5とは、直径が2.5μm以下の小さな微粒子のことで、肺の奥まで入りやすく、呼吸器や循環器への影響が懸念されています。また、たばこの煙には有害な化学物質が200種類以上含まれており、健康に極めて有害です。

■3次喫煙(サードHANDSモークング)

たばこは煙だけでなくその「臭い」も受動喫煙の危険があります。その場で吸っていないくても、喫煙者の息や衣服、カーテンやソファなどに付着した粒子(たばこ臭)を吸い込んでしまうことを3次喫煙「サードHANDSモークング」といいます。室内や車内は完全禁煙にしましょう。

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。

スポーツに親しむ日 (健康2Pt)

日にち 2月3日(土)

時間 午前9時30分～正午

場所 田辺中央体育館

内容 バドミントン・卓球・ミニバスケット・跳び箱・ミニトランポリン・カラーリングなど。上靴持参

参加料 100円 (小学生未満は無料)

田辺中央体育館 ☎62-1501

田辺中央体育館 お知らせ (健康2Pt)

2月の卓球の日

5日月

時間:9時～16時(1時間単位)
 参加料:500円/1台1時間
 ラケット・ピンボールの貸し出し無料!

トレーニングルームレディースタイム

毎月第1・2・4・5水曜日
 9時～12時・19時～22時
 ※男性の利用は12時～19時です。
 【体成分測定】(別途500円)
 10時～12時
 ※トレーニングルーム使用承諾書の所持者に限ります。

田辺中央体育館 ☎62-1501

ピンピン教室 (健康2Pt)

健康な毎日は食事から 調理編 / 男性対象

日にち	内容
2月8日(日)	お料理すると「脳力」アップ(朝食作り)
2月15日(日)	バランス食で「若返り!」(昼食作り)
2月20日(火)	おいしい薄味・血管ニコニコ(夕食作り)
2月27日(火)	やってみよう!計画・実践!(おもてなし料理作り)

時間=午前10時～午後1時30分

ピンピン教室は、いつまでも健康で過ごせる体づくりのため、男性を対象に「ピンピン教室・調理編」を開きます。毎日の食事は自分らしく元気に生活するための第一歩です。料理が初めての人も、気軽に参加してください。

日時・内容 Ⅱ下表のとおり

場所 Ⅱ老人福祉センター宝生苑
 対象 Ⅱ自身で来所できる65歳以上の男性

多数の場合は、初めての人・すべての回に参加できる人を優先し抽選します。

参加費 Ⅱ無料

申込方法 Ⅱ1月4日(木)～19日(金)に電話で申し込んでください

申込・問合せ先 Ⅱ健康推進課 ☎64-1335