

## 町県民税・所得税の申告期間は2月15日（水）から3月15日（水）です

確定申告は平成28年1月から12月までの所得を申告するもので、町県民税・所得税を確定させることはもちろんですが、国民健康保険税、介護保険料などの課税の基礎となる大切なものです。また、所得証明書や課税証明書などの発行資料にもなりますので、忘れずに申告してください。

所得が少なく申告が必要ない方でも、国民健康保険税の軽減や、介護保険料、後期高齢医療保険料、保育料などを算定する基準となりますので、これらに該当すると思われる方は申告を行ってください。

### 大切なお知らせです

- ・申告期間中は各会場へ出張しているため、町役場税務窓口での申告相談は行いません。ご注意ください。
- ・マイナンバー制度開始により、確定申告時における本人確認が義務付けられました。

確定申告にお越しの際は、下記のいずれかの書類もご持参くださいますよう、お願いいたします。

①個人番号カード（顔写真入り）の写し

②番号通知カード（顔写真無し）の写し+運転免許証などの写し

代理でご家族の確定申告をされる場合は、ご家族の①もしくは②の書類の写しもあわせてご持参ください。

申告相談日は、下記のとおりです。期間中は混雑が予想されますので、時間に余裕を持ってお越しください。

## 【平成29年度（平成28年分）確定申告相談日程表】

＜受付時間＞午前の部：午前8時30分～11時30分 午後の部：午後1時～3時30分

月	日	曜日	申告相談会場	午前の部	午後の部	
2月	15	水	高寺コミュニティセンター	片門・洲走	窪倉・舟渡	
	16	木		窪・赤城新田・杉山	天屋・本名	
	17	金	八幡コミュニティセンター	塔寺	塔寺	
	18	土	休 日			
	19	日	休 日			
	20	月	八幡コミュニティセンター	気多宮・大沢・平井	塔寺二区・朝立・和泉	
	21	火	川西コミュニティセンター	見明・津尻	宇内	
	22	水		長井	大上・袋原	
	23	木	広瀬コミュニティセンター	立川・御池田	青木・沼越	
	24	金		三谷・下政所・青津	五香・西青津	
	25	土	休 日			
	26	日	休 日			
	27	月	若宮コミュニティセンター	樋渡・水島・大江・沖・金沢・上新田・中新田	勝方・大村	
	28	火		牛沢・矢ノ目・上金沢	牛沢・蛭川	
3月	1	水	金上コミュニティセンター	村田・村田新田・履形・束原・新村	金上・樋口分・太田谷地	
	2	木		中開津・上開津・海老沢・細工名	福原・新開津	
	3	金	中央公民館	橋本・本町・鉄砲町・仲町	中政所・和泉川原・柳町	
	4	土		地区指定なし	地区指定なし	
	5	日	休 日			
	6	月	中央公民館	緑町・杉・船窪	中村・原・羽林	
	7	火		上町・小原	新館・八日沢	
	8	水		古坂下	古坂下	
	9	木		新町	新町	
	10	金		桜木町	新富町	
	11	土	休 日			
	12	日	中央公民館	地区指定なし	地区指定なし	
	13	月		諏訪町・茶屋町	新栄町	
	14	火		地区指定なし	地区指定なし	
	15	水		地区指定なし	地区指定なし	

【問い合わせ先】 総務課 税務管理班 ☎ 84-1502

# それは、結婚相談員からの紹介で 始まりました。



8名の結婚相談員の活動をとおして、幸せカップルが誕生しています。  
めでたく結婚されたカップルから、お礼の言葉が寄せられました。

今まで会社と自分の住居だけ  
私でしたが、結婚相談員の方に  
御世話になり、人生最高の  
伴侶に恵まれることができました。  
本当にありがとうございました。  
まだまだ未熟な二人ですが  
手を取りあって仲良く人生を  
歩んでいきます。

男性から



この度は、相談員の方から  
紹介を受け、御縁があり  
結婚する運びとなり、坂下へ  
お嫁に来ました。  
新たな土地での生活が始  
まっていますが、これから周りの  
方々の協力を頂きながら  
楽しい生活を送りたいと思います。

女性から



## 必要なものは出会いを求める勇気だけ！

### ♥結婚相談員とは？

結婚相談員は、結婚を考えている方々からのご相談を受け、結婚に向けたサポートをしています。  
具体的には、出身、家族構成などの基本的なプロフィールと本人との面談などから、相性が良い相手を紹介し、出会いのきっかけをつくります。その後の相談対応も定期的に行い、個人に合わせたフォローをしていきます。

### ♥出会えるのはどんな人？

会津坂下町に限らず、他市町村からも多く登録していただいております。幅広い年代の方がいらっしゃいます。一度上手いかななくても、また別の人と出会うチャンスが何度でもあります。

### ♥プライバシーは守られます！

8人の結婚相談員がいますが、全体の調整を行う代表のふれあいプランナー以外はそれぞれ担当する方の情報しか把握しません。また、お見合いの際に資料として公開するのは、登録時に記入していただいたプロフィールをさらに大雑把にしたもので、住所などが特定できないように配慮しています。



#### ふれあいプランナーより

私たち相談員は、1対1のお見合いとパーティー形式のイベントを開催しています。自分に合った方法を選んでいただき、気軽にご相談、ご参加ください。

平成28年は、3組の方々のご成婚されました。  
今年も素敵な婚活イベントを企画しています。

担当：ふれあいプランナー  
小柴 優子  
携帯 080-5849-8282  
連絡先：農業委員会事務局  
☎ 84-1534  
勤務日：月・水・金  
午前9時～正午

# 介護保険サービスの枠組みが変わります！

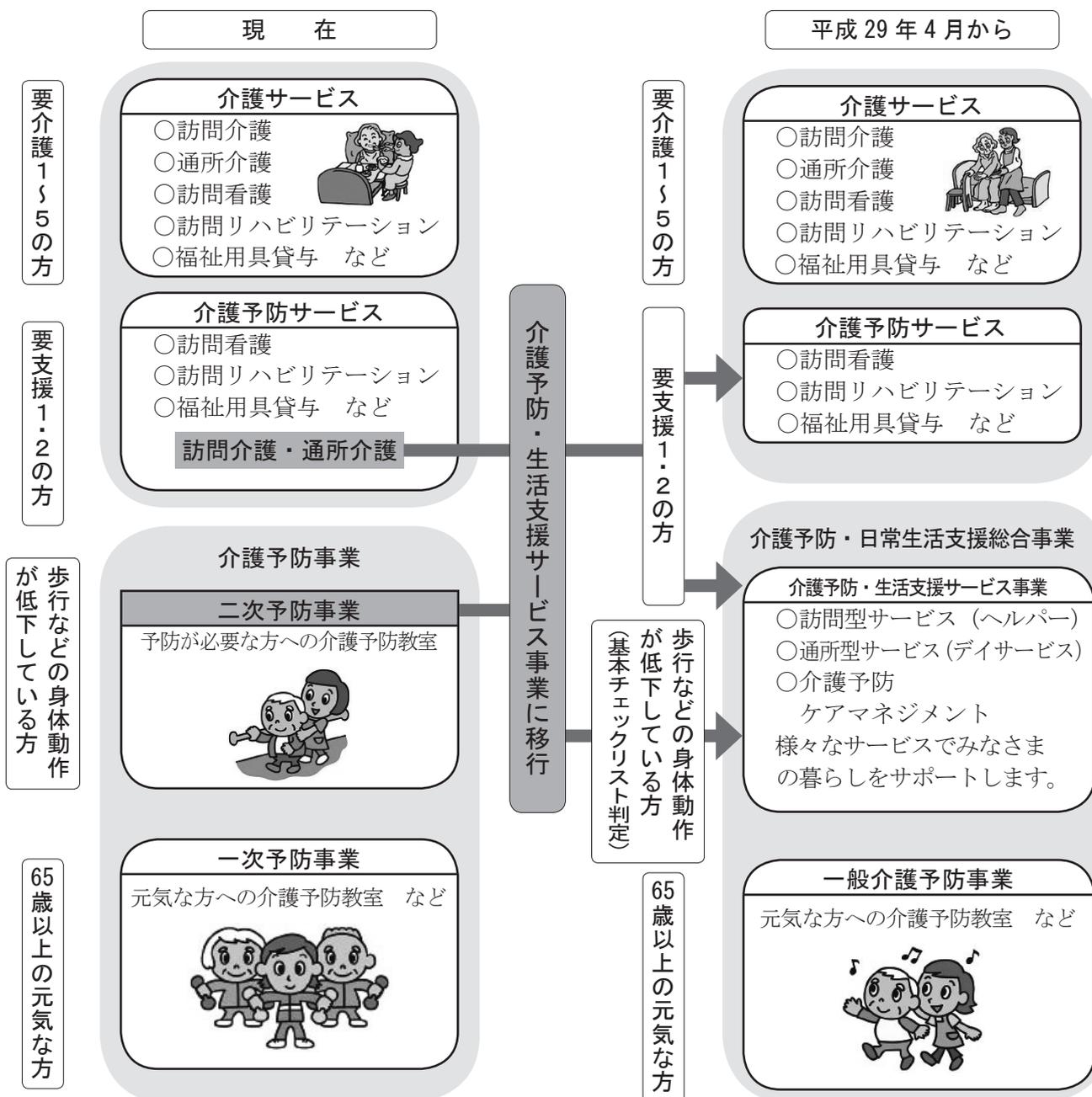
介護保険制度の改正に伴い、介護予防・日常生活支援総合事業（総合事業）が創設され、町では、平成 29 年 4 月から新たな枠組みとなりますが、サービスなどの変更はありません。

総合事業は、65 歳以上のみなさまの介護予防と日常生活の自立を支援することを目的としていますので、それぞれの状態にあったサービスをご利用ください。



## ポイント

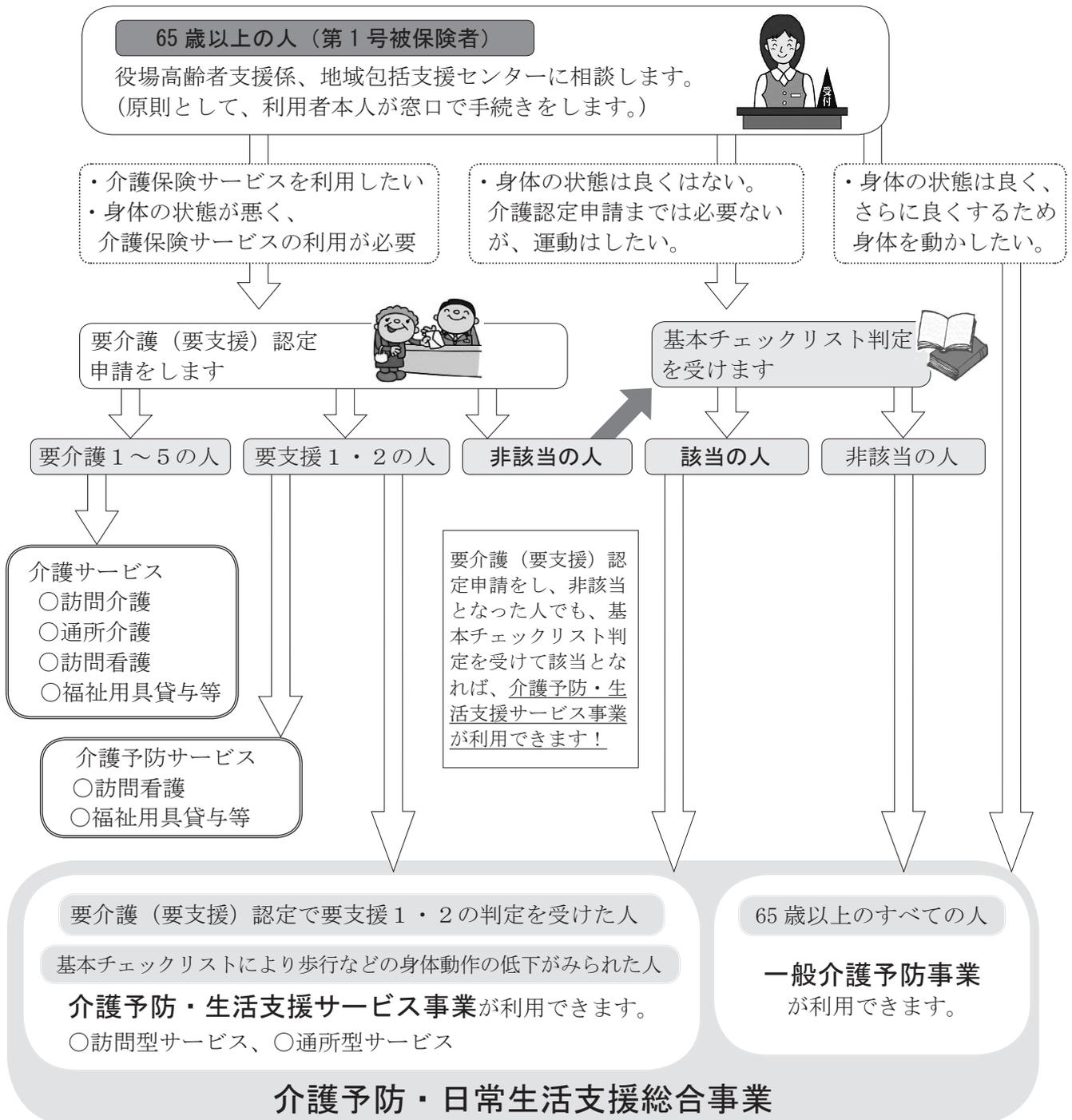
- 総合事業に移行しても、現行のサービス内容に変更はありません。
- 総合事業が始まると、地域の実情に応じたサービスを作ることができるため、今後、高齢者のニーズを調査しながら、新たなサービスを作っていきます。  
新たなサービスを作った際には、広報などによりお知らせします。



※「訪問看護」「福祉用具貸与」「住宅改修」などのサービスを利用する場合は、引き続き要介護（要支援）認定が必要となります。

# 介護予防・日常生活支援事業の利用までの流れ

介護予防・日常生活支援総合事業には、要支援認定を受けた人や基本チェックリストにより歩行などの身体動作の低下がみられた人が利用できる「介護予防・生活支援サービス事業」と、65歳以上のすべての人が利用できる「一般介護予防事業」があります。



※事業対象者になったあとや、サービスを利用したあとでも、要介護（要支援）認定を申請することができます。

## ★基本チェックリストについて

基本チェックリストは、25の質問項目で日常生活に必要な機能（歩行や移動、食事などの基本的な身体動作）が低下していないかを調べます。介護予防・生活支援サービス事業のみを希望する場合には、基本チェックリストによる判定で、サービスを利用できます。

## 基本チェックリスト（一部）

- バスや電車で1人で外出していますか？
- 転倒に対する不安は大きいですか？
- 週に1回以上は外出していますか？
- 今日が何月何日かわからない時がありますか？ など

# 国保の おはなし

## お口を健康に保てば、 病気が防げる？

“口は災いのもと”という諺はありますが、“口は病のもと”となることも明らかになってきています。以前は「お口の健康＝むし歯の予防・治療」といった感覚が一般的ではなかったでしょうか。しかし、今は歯周病対策をはじめとした口内全体を健康に保とうとする考え方が一般的となっています。特に歯周病は、歯を失う原因の最上位となっており、むし歯と合わせるとその7割以上を占めています。歯周病は、我慢できない痛みがないため、知らぬ間に症状が進行してしまっている場合が多く、歯を失うばかりでなく、重大な全身の病気や老化にも影響を及ぼすことが分かってきています。

### 歯周病との関わりがある病気

歯周病は、口内に限らず、以下の病気などとも密接な関わりがあるとされています。

#### 脳梗塞

歯周病の人は脳梗塞になる危険性が高いとされています。

#### 心筋梗塞

歯周病菌などにより血管プラークが出来やすくなり、動脈硬化を引き起こすことが分かってきました。



#### 糖尿病

歯周病は糖尿病の合併症の一つと言われ、重度の歯周病になると糖尿病が悪化することが明らかになっています。

#### 肺炎

飲食物が誤って気管に入ってしまった場合、歯周病菌などが一緒に入って感染すると、誤嚥性肺炎になることがあります。

高齢者の死因の上位を占めています。

また、歯を失えば満足に食べ物を食べられなくなるばかりでなく、次のような影響も及ぼします。

- ・脳への刺激が減少する。
- ・体の姿勢や全体のバランスが崩れる。

これらのことは、認知症の進行を早めたり、介護を必要としたりすることに繋がり、健康で快適な生活に大きな支障を及ぼすことを意味しています。(ちなみに、町の介護認定を受けている人の割合は県や国の平均よりも高く、これにかかる医療費は県や国の平均の約1.5倍にもなっています。)

### 健康は健口から！

健康を保つためには、口内を健康に保つことも重要です。そのためには、正しい歯みがきなど日頃の手入れや定期検診を受けることが大切です。また、喫煙は歯周病を進行させる要因でもありますので、喫煙は控えましょう。認知症や介護を予防し、医療費を抑え、長く健康で自立した生活を送るために、日々の口内管理をきちんと行うよう心掛けましょう！

#### 本年度 40 歳の方へ 歯周病検診を受けましょう！

- 【対象者】 会津坂下町にお住まいの本年度 40 歳になる方
- 【実施期間】 平成 28 年 4 月 1 日～平成 29 年 3 月 31 日（実施医療機関の診療日）
- 【実施場所】 会津坂下町内の歯科医院
- 【料 金】 無料 ※歯周病検診受診券を持参してください。
- 【問い合わせ先】 生活課 福祉健康班 健康増進係 ☎ 93 - 6169

※ 今月は、国保税の第 8 期分の納期です。お納め忘れのないようお願いします！

【問い合わせ先】 生活課 保険年金班（④窓口）☎ 84-1501