

## スポーツ振興計画 市民意識調査

市のスポーツ活動などの現状を、市民の皆さんがどのように感じ、評価しているかを調査し、スポーツ振興計画作成の参考にします。

**対象** 市内にお住まいの18歳以上で、無作為に抽出した1000人

**調査方法** 1月中旬に郵送する用紙に記入し、同封の封筒で返送

**問合せ** 市教委社会教育課（内線4843）

## 保健



### 献血にご協力を

**対象** 16～69歳（65歳以上の場合は、60～64歳に献血したことがある方）

**日時** 1月30日（火） 午前9時30分～午後4時30分

**会場** 市役所

**問合せ** 健康推進課（内線1215）

### おれんじカフェ さんぽみち

**対象** 認知症の方と家族、認知症に関心がある方

**日時** 2月4日（日） 午前10時～午後1時

**内容** ミニ勉強会、レクリエーシ

ヨン、昼食作り、茶話会

**参加料** 500円（昼食代）

\*直接、会場に来てください。

**会場・問合せ** デイサービストロの森（大曲緑ヶ丘1丁目14～27・☎376～2203）

### 生活習慣病予防教室

LDL（悪玉）コレステロールの値が高いと、血管がどのような状態になるかを学び、食事や運動方法を実践します。

**対象** 血液検査でLDLコレステロール値が140mg/dl以上の方

**日時・内容**

- 2月8日（木） 午前10時30分～午後1時II健康講座、コレステロールの値が高い方向けの弁当を試食
- 2月15日（木） 午前9時30分～11時45分II運動実技、講話
- 2月20日（火） 午後1時～午後2時II健康講座、コレステロールの値が高い方向けの弁当を試食

か1時間程度II個別健康相談（全3回）

**会場** 夢プラザ

**定員** 20人

\*申し込み多数の場合は抽選です。

**持ち物** 筆記用具

\*2月8日だけ試食代500円と箸、茶碗が必要です。

**申込み** 2月2日までに健康推進課（内線1214）



## 催し

### 高校生バンド大会第6回 キタヒロ軽音フェス

軽音楽に打ち込む高校生の大会です。若さあふれる演奏を聴きにきてください。

**日時** 1月28日（日） 午後1時から（開場午後0時30分）

**会場** 芸術文化ホール

\*詳しくは、星槎道都大学ホームページをご覧ください。

**問合せ** 実行委員会（星槎道都大学学務課内・☎372～3111）

### 夢プラザ・悠遊学園 こども茶室

**対象** 高校生以下

**日時** 2月3日（土） 午前10時～正午

**講師** 表千家 工藤和代さん

**参加料** 400円（菓子代を含む）

**会場・申込み** 夢プラザ（☎3737373）

### 夢プラ大人の絵画教室

油絵や水彩、色鉛筆など、好きな画材を使って絵を描きませんか。

**対象** 20歳以上

**日時** 1月20日、2月17日、3月17日 いずれも土曜 午前10時～正午

**講師** 武井満寿美さん

## 国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料 年間納付済額（年間納付証明書） のお知らせ

平成29年中に納付した国保税・保険料のお知らせを、1月下旬に送付します。医療保険（国保・後期）と介護保険は、分けて送付します。

\*国保税を納付している世帯主の方が、後期高齢者医療保険の被保険者の場合は、国保税と後期高齢者医療保険料のお知らせをまとめて送付します。

\*介護保険料が年金だけから差し引かれている場合、お知らせは送付されません。年金保険者から送付される源泉徴収票で確認してください。遺族・障害年金は非課税のため、源泉徴収票が発行されません。証明が必要な方は高齢者支援課に問い合わせてください。

**問合せ**

- 国民健康保険税について 保険年金課（内線2115）
- 後期高齢者医療保険料について 保険年金課（内線2101）
- 介護保険料について 高齢者支援課（内線2164）

## 住民税申告を忘れずに

国保税と保険料、医療費の負担割合、介護サービス費の負担限度額などは、前年の世帯員の所得などに応じて決められます。

非課税所得がある方や、他の人に扶養されている方、所得がない方などは「課税の対象所得がない」ことの申告が必要です。

申告をしないと適正な算定や軽減判定ができません。所得の有無に関わらず、必ず申告してください。

## 国保税や後期高齢者医療保険料・介護保険料は、確定申告などの社会保険料控除の対象です

国保税や保険料が年金から差し引かれている場合は、本人の控除対象となります。納付書や口座振替などで支払っている場合は、支払った方の控除対象となります。

詳しくは、税務課（内線3705）に問い合わせてください。