

## 所得税・住民税の申告を受け付けます

受付期間 2月18日(月)～3月12日(火) ※土、日を除く  
 場所 役場 1階 1AB会議室  
 時間 9:00～11:00、13:00～16:00  
 ※役場の駐車場は大変混み合いますので、徒歩または公共交通機関をご利用ください

### 寄地区特設会場

月日	時間	会場
2月12日(火)	9:00～11:30	田代地域集会施設(宮地・田代)
	13:00～16:00	弥勒寺多目的集会施設(弥勒寺)
14日(木)	9:00～11:30	宇津茂地域集会施設(大寺・宇津茂)
	13:00～16:00	〃 (土佐原・中山)
15日(金)	9:00～11:30	虫沢地域集会施設(虫沢)
	13:00～16:00	萱沼児童館(萱沼)

### 【必要な書類など】

- ・源泉徴収票(給与・年金収入の方)、生命保険料・地震保険料・国民健康保険税・国民年金保険料・介護保険料などの証明書、印鑑を持参してください。
- ・還付申告をされる方は、申告者本人名義の預貯金の口座番号がわかるものを持参してください。

### 【注意事項】

- ・医療費控除を受けられる方は、領収書などの整理や計算をしておいてください。
- ・農業所得、不動産所得、事業所得の申告をされる方は、収支内訳書または青色申告決算書を作成しておいてください。
- ・租税公課に固定資産税を計上される方は、平成24年度固定資産課税明細書または公課証明書を利用してください。
- ・小田原税務署では、2月24日・3月3日の日曜日にも申告相談、申告書の收受を行います(電話による相談は行いません)。
- ・譲渡所得、住宅借入金等特別控除(1年目)、贈与税、相続税の申告相談は小田原税務署(Tel.35-4511)での受け付けになります。

問合せ 税務住民課 町民税係 Tel.83-1224

## 高齢者のための消費者トラブル対応方法講演会 参加者募集

全国の消費生活センター(消費生活相談窓口)には、高齢者を狙った消費者トラブルの相談が寄せられており、高額な被害も相次いでいます。高齢者の消費者被害は、「だまされたことに気づきにくい」「被害にあっても誰にも相談しない」などの特徴があります。このような被害を食い止めるためには、対応のための知識を身につけることや、お互いに見守り、支え合う地域づくりが必要です。

今回は、消費者トラブルへの対応方法についての講演会を行います。ご近所お誘い合わせのうえ、ぜひご参加ください。

日時 2月12日(火) 13:30～14:30  
 内容 消費者トラブルへの対応についての講演会  
 講師 消費生活コンサルタント 佐伯 光徳 氏  
 場所 役場 1階 1AB会議室  
 申し込み・問合せ 松田町地域包括支援センター Tel.83-1191



広報まつだ

# おしらせ号

平成25年2月1日発行 編集/発行 企画財政課  
 〒258-8585 松田町松田惣領2037番地 Tel.83-1222  
 ホムン-ジアドレス <http://town.matsuda.kanagawa.jp/>

## お忘れなく納付をお願いします

固定資産税 2月28日(木) 税務住民課資産税係 Tel.83-1224  
 国民健康保険税 2月28日(木) 税務住民課住民国保係 Tel.83-1225  
 後期高齢者医療保険料 2月28日(木) 税務住民課住民国保係 Tel.83-1225  
 介護保険料 2月28日(木) 健康福祉課高齢介護係 Tel.83-1226

※納付には、便利な口座振替をご利用ください

## いきいき健康教室 ～性別で考えよう生活習慣病予防～

この教室は生活習慣病予防のための教室です。生活習慣病を予防するための運動や病気についての知識が学べます。また、この教室では男女の身体機能の違いを理解することで、より効果的な運動を習得できます。

ぜひ、この機会に運動をしてみましょう。

### 全3回コース

回数	1回目		2回目	3回目
月日	2月7日(木)	2月21日(木)	3月12日(火)	3月29日(金)
時間	9:30～11:30	9:30～11:30	13:30～15:00	9:30～11:30
対象	女性	男性	男性・女性	男性・女性
内容	≪講義・実技≫ ○男女の身体機能の違いについての講義 ●ストレッチ・全身運動		≪講義≫ ○男女別の病気について	≪実技≫ ●ストレッチ・筋トレ
講師	健康運動指導士	健康運動指導士	医師	運動指導士

場所 健康福祉センター 2階 機能訓練室  
 受付時間 開始時間の30分前より  
 持ち物 ●実技:運動のできる服装・飲料・内履き  
 ○講義:筆記用具

定員 男女10人ずつ(先着順)

申込締切 2月6日(水)

申し込み・問合せ 健康福祉課 健康づくり係 Tel.83-1226

## 「脳卒中について」講演会

脳卒中(脳梗塞、脳出血など)は、がん、心臓病、肺炎とともに日本における死因の上位を占めています。また、寝たきりになる原因の3割近くが脳卒中などの脳血管疾患です。身近に起こり得る脳卒中について、基礎知識とその予防について学んでみませんか。

日時 2月19日(火) 13:30～15:00  
 場所 健康福祉センター 2階 機能訓練室  
 講師 足柄上病院副院長 玉井 拙夫 医師  
 脳神経外科医長 笹野 まり 医師

申込締切 2月12日(火)

申し込み・問合せ 健康福祉課 健康づくり係 Tel.83-1226

## 「神奈川県体操推進運動指導者 (ボランティアスタッフ)育成事業」受講生募集

生涯を通じて健康に過ごすためには、日頃から体を動かす習慣を身に付けることが大切です。この講座は、まず体を動かすことの効果や楽しさを知ることが目的です。運動習慣のない方でも手軽にできる体操になっていますので、受講後には習った体操をご家族やご友人に広めてみましょう。

ぜひ、ご家族やご友人をお誘い合わせのうえご参加ください。

日時 2月17日(日)、24日(日) 各回10:00～12:00  
 内容 「楽しもう、広めよう、体操・ウォーキング」  
 手軽な体操を地域に広めるための体操指導

講師 公益財団法人かながわ健康財団  
 高垣 茂子 健康運動指導士

場所 町民文化センター 展示ホール

持ち物等 運動できる服装、水分、筆記用具

参加費 無料

申込締切 2月15日(金)

申し込み・問合せ 健康福祉課 健康づくり係 Tel.83-1226

## 筋力トレーニング体験教室 参加者募集

現在、町民文化センターで行っている筋力トレーニングと同じ内容の運動を、身近な集会施設を会場に行います。これから軽い筋力トレーニングを始めて、体力をつけたいと考えている方が気軽に体験できる機会です。多くの方々の参加をお待ちしています。

対象者 おおむね60歳以上で、軽い筋力トレーニングを継続的に行うことができる方

内容 ストレッチ、ダンベル・チューブを使った運動ほか  
 (運動習慣のない方もできる運動です)

日時 2月21・28日、3月7・14・21日(全5回 毎週木曜日)  
 各回14:30～15:30

場所 城山地域集会施設

講師 運動指導士

申込締切 2月19日(火)

申し込み・問合せ 松田町地域包括支援センター Tel.83-1191  
 健康福祉課 高齢介護係 Tel.83-1226

