

年金・税金

扶養親族等申告書の提出を

老齢や退職を支給事由とする老齢年金は、所得税法により「雑所得」として課税の対象となります。支払われる年金から各種の控除を行い、残りの額から所得税が差し引かれるしくみです。各種の控除を受けるためには、日本年金機構から送られる「扶養親族等申告書」に、必要事項を記入して期限までに必ず提出してください。提出しないと各種控除が受けられないだけでなく、年金から源泉徴収される所得税額も大きく異なってきます。

▼対象(次のいずれかに該当する人)

- ① 65歳未満で年金支給額が108万円以上
- ② 65歳以上で年金支給額が158万円以上(退職共済年金受給者で、老齢基礎年金が支給されている場合は、退職共済年金の支給額が80万円以上)
- ▼その他 障害年金や遺族年金を受給している人には扶養親族等申告書は送られません

不正軽油は犯罪です。

不正軽油(No.40) 前橋行政課税務所
027-231-2801

わせダイヤル 0570-0811-240

社会保険料控除証明書

国民年金保険料の納付額を証明する「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書(はがき)」が日本年金機構から11月上旬に送付される予定です。年末調整や確定申告の手続きには控除証明書が必要になります。申告までに大切に保管してください。

▼控除の対象 令和4年1月～令和4年12月に納めた国民年金保険料

- ▼問合せ 太田年金事務所 49-3716

今月の納税

- ▼納期限
- 町民税(3期) 10月31日
- 国民健康保険税(4期) 10月31日
- 介護保険料(4期) 10月31日
- 後期高齢者医療保険料(4期) 10月31日
- 水道料金等(9月検針分) 10月20日

健康

笑顔で長生き! ロコモ予防教室

「ロコモ」とは骨や筋肉、関節などが衰えてしまうこと。運動不足解消のために、教室に参加してみませんか。



- ▼期日 10月27日(金)、11月8日(火)
- ▼時間 午前9時30分～11時45分
- ▼会場 保健センター
- ▼内容 ロコモに関する講話と実技
- ▼定員・費用 各日20人(先着順)・無料
- ▼持ち物 動きやすい服装、飲み物
- ▼申込方法 電話で申し込む
- ▼申込開始 10月17日(日)
- ▼申込・問合せ 保健センター 88-5533

- ▼期日 10月31日(日)
- ▼時間 午前10時～11時30分
- ▼会場 保健センター
- ▼対象 町内在住の人
- ▼内容 糖尿病や合併症、治療や食事療法についての講話
- ▼講師 錦小百合先生(東邦病院糖尿看護認定看護師)
- ▼定員・費用 30人(先着順)・無料
- ▼申込方法 前日までに電話で申し込む
- ▼申込・問合せ 保健センター 88-5533

高齢者体力測定

- ▼期日 10月21日(金)
- ▼時間 午前9時30分～11時30分
- ▼会場 保健センター
- ▼対象 おおむね65歳以上で運動に支障がない人
- ▼内容 握力や柔軟性などの体力測定と運動のアドバイス、栄養相談など
- ▼定員・費用 25人(先着順)・無料
- ▼申込方法 前日までに電話で申し込む
- ▼申込開始 10月11日(土)午前9時
- ▼申込・問合せ 町地域包括支援センター 80-9300

高齢者インフルエンザ予防接種の費用を一部助成

町では、高齢者がインフルエンザの予防接種を受ける際、費用の一部を助

ふれあい保育

11月の予定 [9:00~12:00] ※予定は変更になることがあります。

親子活動日	内容
7日(月)	ネイチャーゲーム(緑化センター)
10日(木)・21日(月)	季節の製作
14日(月)	cielコンサート
17日(木)	ふれあい遊び
24日(木)・28日(月)	誕生会

開放日

1日(火)・2日(水)・8日(火)・9日(水)・15日(火)・16日(水)・22日(火)・29日(水)・30日(木)	のびのび遊ぶ自由時間が中心
4日(金)・11日(金)・18日(金)・25日(金)	サークル活動支援・開放日

☆子育てに関する電話相談、来園相談も受付中
【火・水・金曜日】0歳～就学前の子どもと保護者
【月曜日】0歳～1歳の子どもと保護者 【木曜日】2歳以上の子どもと保護者
▶問合せ 子育て支援センター(中野幼稚園内) 88-4808(9:00~15:00)

子育て支援室

子育て中のお母さん、これからお母さんになる妊婦さん、支援室に遊びに来ませんか。風の子保育園子育て支援室では、赤ちゃん体操や親子遊び、リズムや園庭遊び、そしてお散歩や園外遊びを親子で楽しんでいます。また、子育ての悩みや疑問を出し合える時間も大切にしています。きっと子育ての参考になりますよ。ぜひどうぞ!

曜	対象年齢
月	自由開放日 ※年齢を問わず自由に利用できます。
火	1歳児 ※令和2年4月2日～令和3年4月1日生まれの子ども
水	0歳児(後期) ※令和3年4月2日～はい出した赤ちゃん
木	0歳児(前期)・妊婦さん ※生後3か月～まだはわかない赤ちゃん
金	2歳児 ※平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれの子ども

☆子育てに関する電話相談、来園相談も受け付けています。受付時間は12:30~14:00です。
▶申込・問合せ 風の子保育園子育て支援室 88-7655(9:00~14:00)

みんなの森をみんなで守ろう ぐんま緑の県民税

県では大切な森林を守り、育て、次世代に引き継いでいくために、さまざまな施策に取り組んでいます。

- 税の使い道や森林保全に関すること 県環境森林部森林保全課 027-226-3278
- 税の仕組みに関すること 県総務部税務課 027-226-2196

成します。年度内1回限りです。
▼対象(次のいずれかに該当する人)
① 接種日に満65歳以上で自ら接種を希望する人
② 60歳以上65歳未満で、心臓または腎臓、呼吸器の機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害がある人で医師が必要と認める人
▼実施医療機関 館林市邑楽郡医師会、太田市医師会、足利市医師会などで町と委託契約をしている医療機関
▼接種料金 千円(自己負担額)
▼実施医療機関以外では、千円を超える場合もあります。また、町の予診票がない場合や町が委託契約をしていない医療機関で接種すると全額自己負担になります。
▼持参するもの 健康保険証、予診票
※対象者には、事前に通知します。
▼実施期間 10月1日(土)～令和5年1月14日(土)
※実施期間外は全額自己負担。
▼問合せ 保健センター 88-5533

新型コロナウイルス感染症 罹患者見舞金は期限終了 対象者は申請をお忘れなく

町では、令和4年9月30日を期限として見舞金を支給してきました。しかしながら、感染者の全数把握の見直しが実施されることにより、令和4年9月26日から感染者の確認ができなくなりましたので、令和4年9月25日までに感染が判明した人をもって、見舞金支給を終了しました。
なお、申請の受付は令和4年12月28日まで行いますので、対象になる人は忘れずに申請してください。

- ▶支給対象者 次の全てに該当する人
 - ① 町内在住で住民登録がある
 - ② 令和4年9月25日までに、医師が感染を確認した人とその同一世帯の濃厚接触者
- ▶見舞金額 1人1万円 ※罹患者または濃厚接触者として1人につき、1回限り。
- ▶必要書類 申請書兼請求書、通帳の写し、館林保健福祉事務所に付番された番号や発症日が分かる資料など
- ▶申請期限 令和4年12月28日(火)
- ▶問合せ 保健センター 88-5533

定例相談

<p>法律相談(要予約・定員8人) 10月15日(土)・相澤弁護士 11月19日(土)・神谷弁護士 午後1時20分～4時、邑楽町役場 ※電話相談になる場合あり。 役場住民保険課 47-5017</p> <p>人権・行政相談 11月10日(木)・午後1時30分～4時 12月8日(木)・午前10時～午後3時 青葉・佐野・福島・猿橋・齊藤・小倉相談員 ※電話相談になる場合あり。 役場住民保険課 47-5017</p> <p>女性のための法律相談(要予約) 10月18日(火)・午後1時～4時30分 定員3人、洋泉興業大泉町文化むら 11月16日(水)・午後1時～4時30分 定員3人、洋泉興業大泉町文化むら ※電話相談になる場合あり。 役場住民保険課 47-5017</p> <p>福祉相談(専用電話) 月～金曜日(祝日除く) 午前9時～午後4時 社会福祉協議会 88-7620</p>	<p>消費生活相談(平日のみ) 午前9時～正午、午後1時～4時30分 町消費生活センター 47-5047</p> <p>交通事故相談(平日のみ) 午前9時～午後4時 県交通事故相談所 027-243-2511</p> <p>年金相談(要予約) 10月20日(木)・午前10時～午後3時 館林市役所保険年金課 47-5139</p> <p>ストレス・こころの相談(要予約) 11月10日(木)・午後1時～3時 館林保健福祉事務所 72-3230</p> <p>ふれあい相談会(神経難病) 11月9日(水)・午後1時15分～3時30分 館林保健福祉事務所 72-3230</p> <p>不妊・不育相談(要予約) 第2金曜日・第4水曜日(祝日、年末年始除く) 午前9時～午後4時 県不妊・不育専門相談センター 027-220-8425</p> <p>依存症家族教室(平日のみ) 毎月第2火曜日 午後1時30分～午後4時30分 県こころの健康センター 027-263-1156</p>
--	---

健康応援通信 **こくほ** vol.67

血糖値の上りにくい食事

食事の後、血糖値が上がるとインスリンという血糖を下げるホルモンが分泌されます。このとき、血糖値が急激に上がるような食事を取り、インスリンの分泌が追いつかなくなると、食後しばらく経っても血糖値が下がらず高血糖状態が続くこととなります。さらに、インスリンには「血糖値を下げる」だけでなく「脂肪を作る、脂肪の分解を抑制する」という働きもあり、インスリンが大量に分泌されると肥満の原因にもなります。



【血糖値の急激な上昇を抑えるために】
食物繊維が豊富な食材を合わせて摂りましょう。また、牛乳や無糖のヨーグルトは糖質も少なくカルシウムやタンパク質も摂取できます。炭水化物は食事の後半に食べるとよいでしょう。

▶問合せ先 保健センター ☎88-5533

全国地域安全運動 みんなでつくろう安心の街

10月11日(火)～20日(木)
問合せ先 大泉警察署 ☎62-0110



お知らせ

- ▼対象(次の全てに該当する夫婦)
- ① 法律上の婚姻関係にある
 - ② 夫婦の一方または両方が1年以上町内に在住している
 - ③ 町税の滞納がない
- ▼助成回数 年度あたり1回(通算して5回まで)
- ▼対象治療助成額・申請期限 下表の通り
- ▼申請・問合せ先 保健センター ☎88-5533

	一般不妊治療	特定不妊治療	不育症治療
対象(※1)	タイミング療法・人工授精など	体外受精・顕微授精など	検査や診療など
助成金額(※2)	自己負担額の2分の1の額で上限5万円	自己負担額の2分の1の額で上限10万円	自己負担額の2分の1の額で上限30万円
申請期限	治療を受けた日が属する年度の3月31日まで	治療が終了した日が属する年度の3月31日まで	治療が終了した日が属する年度の3月31日まで

※1 医師が必要と認めた治療で、文書料や食事代などは対象外。
※2 他の公共団体が助成費を受けている場合は、その金額を引いた額が自己負担額。

10月・11月の健康カレンダー

▶会場・問合せ先 保健センター ☎88-5533

月日	種目	受付時間	対象
10/17(月)	健康相談	午前10:00～11:30	健康上の悩みや疑問のある人
18(火)	1歳6カ月児健診	午後 0:50～ 1:15	令和3年3月生まれの幼児
24(月)	健康相談	午前10:00～11:30	健康上の悩みや疑問のある人
25(火)	離乳食相談	午前 9:30～ 9:45	生後4カ月～12カ月までの乳児(予約制)
25(火)	4カ月児健診	午後 0:50～ 1:15	令和4年6月生まれの乳児
28(金)	両親学級(2日目)	午前 9:15～ 9:30	妊婦またはその夫(どちらか1名のみ)
28(金)	2歳児歯科健診	午後 0:50～ 1:15	令和2年8・9月生まれの幼児
31(月)	健康相談	午前10:00～11:30	健康上の悩みや疑問のある人
11/2(水)	両親学級(3日目)	午前 9:15～ 9:30	妊婦またはその夫(どちらか1名のみ)
2(木)	3歳児健診	午後 0:50～ 1:15	令和元年7月生まれの幼児
9(木)	8カ月児健診	午後 0:50～ 1:15	令和4年2月生まれの乳児
14(月)	健康相談	午前10:00～11:30	健康上の悩みや疑問のある人

思いがけない妊娠 一人で悩んでいませんか?

生理がこない... 育てられない...
誰にも相談できない...

あなたらしく「生きる」をお手伝い
問合せ先 ぐんま妊娠 SOS ☎37-5660



ぐんま妊娠 SOS 相談費無料 秘密厳守

助産師による相談窓口を開設
【電話相談】毎週火(土) 19時～22時(祝日、年末年始を除く)
※メールでの相談はメールフォームから24時間受付中。

フォームはこちら▶(ぐんま妊娠 SOS)

TOWN INFORMATION ORA 情報広場

消防

館林地区消防組合消防フェア

- 子どもから大人まで、消防の仕事に身近に感じてもらうことを目的としたイベントを開催します。
- ▼期日 11月5日(土)
- ▼時間 【午前】午前10時～正午 【午後】午後1時～3時
- ▼内容 放水体験、消防車乗車体験、各種イベント
- ▼会場 館林地区消防組合消防本部(館林市上赤生田町)
- ▼問合せ先 消防本部総務課 ☎72-15361

緊急消防援助隊合同訓練

- 8360(平日のみ)
- 県内の消防本部(局)や防災航空隊が一堂に会して合同訓練を実施します。
- ▼日時 10月19日(土)午後1時～4時
- ▼内容 県緊急消防援助隊運用訓練
- ▼会場 赤岩渡船場付近(千代田町)
- ▼問合せ先 消防本部警防課 ☎72-15361
- 退職金は国の制度を賢く活用
簡単管理 全額非課税 掛金助成
小企業 職金 済制度
(独)勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部 TEL(03)6907-1234

群馬県民の日「町内公共施設を無料開放」

町では「10月28日(土)群馬県民の日」協賛事業として町内の施設を無料開放します。

郷土への理解と関心を深め、豊かな群馬県をつくろう!



施設名・利用内容・問合せ先	施設名・利用内容・問合せ先
中央公民館 使用料無料(ホール関連を除く) 利用時間 9:00～22:00 問合せ先 中央公民館 ☎88-1177	長柄公民館 使用料無料 利用時間 9:00～17:00 問合せ先 長柄公民館 ☎89-0123
高島公民館、高島体育センター 使用料無料 利用時間 9:00～17:00 問合せ先 高島公民館 ☎89-1501	町民体育館、町武道館、町民テニスコート、運動場、スポーツ・レクリエーション広場 使用料無料 利用時間 9:00～17:00 問合せ先 町民体育館 ☎88-5355
シンボルタワー シンボルタワー展望室へ入場無料 利用時間 10:00～16:00 問合せ先 シンボルタワー ☎88-8686	

※福祉センター寿荘は、本年度の実施はありません。

11月の休日当番医

◇診療時間 内科・外科/午前9時～午後5時 耳鼻科/午前9時～午後1時 歯科/午前9時～正午(受付は午前11時30分まで)
◇救急病院の問合せ先 救急テレホン ☎73-5699 ※必ず電話してから保険証をお持ちになって受診してください。

	外科系	内科系	耳鼻科	歯科
3日(木)	井上整形外科医院 板倉町板倉 ☎82-1131	おうら病院 篠塚 ☎88-5678	たけい小児科(小児科のみ) 館林市北成島町 ☎76-2525	歯科保健医療センター 館林市苗木町 ☎73-8818
6日(日)	ふじの木 板倉町飯野 ☎91-4070	さくま内科胃腸科 館林市松原 ☎55-2500	こやなぎ小児科(小児科のみ) 館林市富士原町 ☎80-2220	板倉耳鼻 板倉町海老瀬 ☎80-4333
13日(日)	館林市夜間急病診療所 館林市新栄町 ☎73-2313	須田内科医院 大泉町仙石 ☎63-1414	うえの医院 館林市赤生田町 ☎72-3330	歯科保健医療センター 館林市苗木町 ☎73-8818
20日(日)	しんじょう整形外科 館林市富士見町 ☎55-3623	はまだクリニック 館林市赤土町 ☎80-1100	堀越医院 館林市北成島町 ☎73-4151	川田耳鼻咽喉科医院 館林市仲町 ☎72-3314
23日(水)	富士クリニック 大泉町富士 ☎20-1971	後藤内科医院 館林市西本町 ☎72-0134	明和赤ちゃんこどもクリニック(小児科のみ) 明和町中谷 ☎84-1166	歯科保健医療センター 館林市苗木町 ☎73-8818
27日(日)	慶友整形外科病院 館林市赤生田町 ☎49-9000	蜂谷病院 大泉町朝日 ☎63-0888	横田医院 館林市大手町 ☎72-0255	歯科保健医療センター 館林市苗木町 ☎73-8818

群馬県保険医協会 10月の健康テレホンサービス(☎027-234-4970)▶電話をすると3分間の健康講話が聞けます
直接相談タイム(医師が相談や質問にお答えします) 日 時 歯科...11月10日(土)午後7時30分～9時
① RSウイルス ② 女性の基礎体温について ③ 脂質異常の治療 ④ TCH(歯の接触齧)について
⑤ 乳頭分泌を伴う疾患について ⑥ 歯みがきをして歯医者に行こう

人口の動き

世帯数 10,566世帯(+12)
男 13,041人(+5)
女 12,771人(-17)
計 25,812人(-12)
内外国人 933人(+9)
※9月1日現在(前月比)

火災と救急

火災発生件数 1件(11)
交通事故出動 6件(43)
急病出動 76件(537)
その他の出動 19件(152)
救急出動合計 101件(732)
※8月分(1月からの累計)