

参加登録は11月29日(金)まで! 体重測定100日チャレンジ

☎ 健康福祉課 ☎ 687-1530(ダイヤルイン)
☎ 932-1151(内線165)

このチャレンジは、期間内に合計100日の体重を測って記録をつけ、その数値から自分の生活習慣を振り返ることを目的に行なっています。この機会に、自分の生活習慣を見直してみませんか?

▶ 参加登録の方法

- ① 須恵町役場 健康福祉課保健センター 窓口
 - ② 電話(☎ 687-1530)
 - ③ メール(sue100challenge@town.sue.lg.jp)
- ※②、③で参加を希望する場合は、後日、記録用紙をお送りしますので、氏名・住所・性別・電話番号をお知らせください。

コチラからもメールできます▶



▶ チャレンジ期間

令和2年3月31日(火)まで

※「合計100日」の体重計測と記録が終わったら、4月末までに保健センターへ記録用紙を提出してください。達成賞をご用意しています。

チャレンジ後は、健康診査などでからだの変化をみてみましょう。

脳若トレーニング 参加者募集!

☎ 健康福祉課 ☎ 932-1493(ダイヤルイン)
☎ 932-1151(内線127)

脳若トレーニングは、タブレットを使う認知症予防のためのトレーニングです。視覚・聴覚および指先からの刺激で脳を活性化し、楽しいトレーニングで認知症の予防や心身の状態を分析して日々の生活の向上を目指します。

- ▶ 日時 12月5日(木)～令和2年3月19日(木)
毎週木曜 9時50分～11時20分
- ※12月5日(木)は心身についての調査を行うため、必ず受講してください。
- ▶ 場所 地域活性化センター(オイコス) 1階
リハビリ室
- ▶ 対象者 次の要件を両方とも満たす人
 - ・65歳以上で町内に住所を有し、要介護認定を受けていない人(要支援の人でも参加できます)
 - ・全14回の講座をすべて受講できる人
- ▶ 定員 30人(先着順)
- ▶ 参加費 1500円(初回受講時に参加費を集めます)
- ▶ 申込開始 11月5日(火)～
- ※定員になり次第締め切ります。
- ▶ 申込方法 健康福祉課窓口にて受付

無料歯周疾患検診を受診できます

☎ 健康福祉課 ☎ 687-1530(ダイヤルイン) ☎ 932-1151(内線164)

40歳以上の日本人の約8割は歯周病といわれています。歯周病は歯を失う原因になるだけでなく、さまざまな病気と関連があります。また、痛みなどの自覚症状が出にくいので、定期的な歯科医院でのチェックが必要です。

町内の協力歯科医院では、歯周疾患検診を実施しています。対象となる人は、ぜひ無料歯周疾患検診を受け、お口の状態を確認しましょう。

- ▶ 対象者 令和2年3月31日(火)時点で、40歳、50歳、60歳の人
- ▶ 受診券送付 5月末ごろ、対象者へはがきサイズの受診券を送付しています。
- ※受診券を紛失した場合、再発行ができます。印鑑と身分証明書をお持ちの上、健康福祉課 保健予防係までお越しください。
- ▶ 実施期限 令和2年1月31日(金)まで
- ▶ 自己負担金 無料

| ▶ 協力歯科医院 | 名称 | 電話番号 |
|----------|---------|------------|
| | 木下歯科医院 | ☎ 934-2022 |
| | 木村歯科医院 | ☎ 933-0330 |
| | 國廣歯科医院 | ☎ 935-0419 |
| | 辻歯科医院 | ☎ 935-4611 |
| | つつみ歯科医院 | ☎ 933-5952 |
| | 吉川歯科医院 | ☎ 933-0158 |



☎…問い合わせ先

税について ちょっと考えてみよう! 「税を考える週間」

☎ 税務課 ☎ 932-1495(ダイヤルイン)
☎ 932-1151(内線131)

毎年11月11日から17日までは「税を考える週間」です。

国税庁では、国民の皆さんに租税の意義や役割、税務行政に対する知識と理解を深めていただくため、1年を通じて租税に関する啓発活動を行なっています。昨年に引き続き、今年も「くらしを支える税」をテーマに、国税庁ホームページ内に特設ページを設け、さまざまな取り組みについて紹介しています。

▶ 国税庁ホームページ <http://www.nta.go.jp/>

年末調整説明会

☎ 税務課 ☎ 932-1495(ダイヤルイン)
☎ 932-1151(内線131)

年末調整の方法、法定調書・給与支払報告書の作成と提出についての説明会を開催します。

- ▶ 日時 11月21日(木) 13時～15時30分
- ▶ 場所 アザレアホール須恵
- ▶ 対象者 須恵町内の源泉徴収義務者
- ※会場の駐車台数に限りがありますので、ご来場の際は、できるだけ公共交通機関をご利用ください。
- ※年末調整関係資料を事前に送付しますので、必ず持ってきてください。

☎ 香椎税務署 ☎ 661-1031

11月～12月は「STOP滞納! 県下一斉徴収強化月間」です ～わすれていませんか、「納税」を～

☎ 税務課 ☎ 932-1495(ダイヤルイン)
☎ 932-1151(内線130)

須恵町では、福岡県および県内市町村と連携し、個人住民税をはじめとする地方税の徴収率の向上と滞納の縮減を図るため、11月～12月を「県下一斉徴収強化月間」と位置づけ、県下一斉に、広報による納税推進、滞納者に対する催告の強化、差し押さえやタイヤロック、搜索などの滞納処分の強化など、さまざまな徴収対策に取り組みます。

この機会に、納め忘れの税金がないか確認しましょう。

- ▶ 納税に関するお問い合わせ 税金の種類に応じて、問い合わせ先が異なります。納税通知書などを確認の上、お問い合わせください。

☎…問い合わせ先

70歳到達予定者および後期高齢者のための 医療制度説明会のお知らせ

☎ 住民課 ☎ 932-1467(ダイヤルイン)
☎ 932-1151(内線116)

70歳到達予定者のための医療制度説明会および後期高齢者医療制度説明会を次のとおり行います。

- ▶ 日時 11月26日(火)
70歳到達予定者のための医療制度説明会 10時～
後期高齢者医療説明会 11時～
- ▶ 場所 保健センター 1階
- ▶ 対象者 **70歳到達予定者のための医療制度説明会**
(国民健康保険加入者のみ)
昭和24年11月2日～昭和24年12月1日生まれの人
後期高齢者医療説明会
昭和19年12月1日～昭和19年12月31日生まれの人

住民票とマイナンバーカードに 旧姓(旧氏)が併記できます

☎ 住民課 ☎ 932-1467(ダイヤルイン)
☎ 932-1151(内線111、112)

社会において旧姓を使用しながら活動する女性が増加している中、さまざまな活動の場面で旧姓を使用しやすくするため、住民票やマイナンバーカードなどに旧姓を併記できるようになりました。各種契約や銀行口座の名義、就職・転職時など仕事の場面でも旧姓で本人確認ができます。

住民票に旧姓を併記するためには、請求手続きが必要です。次の手順で手続きを行ってください。

- ▶ 手続方法
 - ① 旧氏が記載された戸籍謄本^{*}を準備する。
 - 戸籍謄本の請求は次のとおりです。
 - ・本籍地の市区町村に直接または郵送で請求。
 - ・マイナンバーカードを持っている人はコンビニで発行(戸籍謄本のコンビニ交付に対応している市区町村のみ)。
 - ② 戸籍謄本の準備ができたなら、持ってくるものと一緒に住民課窓口で申請。

▶ 持ってくるもの

- ・ 準備した戸籍謄本
- ・ マイナンバーカード(通知カード)
- ・ 本人確認資料(免許証など)
- ・ 印鑑
- ※旧氏が記載された戸籍謄本とは、該当する旧氏が記載されている戸籍謄本から現在の氏が記載されている戸籍までの戸籍謄本すべてが必要です。