

町民の健康づくりを応援するため

みらい健康マイレージを実施中!!

町では町民の健康づくりを応援するため、「みらい健康マイレージ事業」を実施しています。

運動など健康づくりに取り組んだり、健診や町の対象事業に参加したりすることでスタンプがもらえます。スタンプが5個貯まると、豪華賞品があたる抽選に応募できます。また、応募者全員に「三重とこわか健康応援カード」を進呈します。この機会に健康とステキな商品を手に入れませんか。



スタンプを5個を集めて豪華賞品が当たる抽選に応募しよう!



対象事業は「みらいちゃん」が目印です。

【対象】20歳以上の町民

【実施期限】3月31日(月) ※当日消印有効

【その他】

- ・みらい健康課窓口、各対象事業の会場にてカードをお渡しします。
 - ・スタンプが5個貯まったら、ポイントカードに氏名、希望の商品番号などを記入し、役場みらい健康課窓口を持参、または郵送してください。
 - ・対象事業についての情報は、右記二次元コードの町ホームページからご確認ください。
 - ・1人で何回でも応募できます。
 - ・厳選なる抽選のうえ、当選者を決定し、当選の通知をもって発表にかえさせていただきます。
- ▶詳しくは、役場みらい健康課(☎33-0355)までお問い合わせください。



町HP

糖尿病予備軍の早期発見のために

糖尿病糖負荷検査を受けましょう

町では、下記の日程で糖尿病糖負荷検査を実施します。

糖負荷検査は「糖尿病境界型」を発見するために最適な検査です。腎不全による透析や失明などの合併症を予防するためにも、自覚症状のない早期の段階で、糖尿病のリスクを知ることが大切です。ぜひこの機会に糖負荷検査を受けませんか。

【日時】1月25日(土)

- ①午前8時～
- ②午前8時15分～
- ③午前8時30分～
- ④午前8時45分～
- ⑤午前9時～
- ⑥午前9時15分～

【場所】鶴殿福祉センター

【対象】昭和40年4月1日～昭和60年3月31日生まれの方

【定員】50名(要申込)

【受付期限】1月10日(金)

※定員になり次第、締め切り

【料金】無料

《糖負荷検査を受けられない方》

- ・糖尿病と診断を受けている方、現在糖尿病で受診中の方
- ・胃切除者(正しく結果が出ないため)
- ・重篤な肝臓病、腎臓病で治療中の方
- ・糖負荷検査当日の尿検査で尿糖が陽性の方
- ・令和2年度以降に紀宝町糖尿病糖負荷検査を受診された方(境界型と判定された方を除く)

▶詳しくは、役場みらい健康課(☎33-0355)までお問い合わせください。



俳優・気象予報士でおなじみの

石原良純さんを講師に文化講演会を開催

町文化協会は、舞台や映画、テレビなどでご活躍の石原良純さんを講師にお迎えし、「天災に知識と心で備えよう」をテーマに、下記のとおり文化講演会を開催します。ぜひご来場ください。



PROFILE
石原良純さん

1962年神奈川県生まれ。1984年映画「凶弾」でデビュー。

以後、舞台や映画、テレビなどで活躍。その一方、湘南の空と海を見て育ったことから気象に興味を持ち、気象予報士試験へ挑戦し、1997年に見事合格。

【日時】2月2日(日)

開演：午後1時(開場：午後0時30分)

【場所】生涯学習センター「まなびの郷」

【講師】石原良純さん

【入場料】無料

※入場は無料ですが、入場には整理券が必要です。入場整理券は、1月8日(水)午前9時から「まなびの郷」にて先着順に配布します。(整理券は先着500名限定。1人最大3枚まで)

▶詳しくは、まなびの郷(☎32-0241)までお問い合わせください。

相談には事前予約が必要です

税理士による無料税務相談所を開設します

尾鷲税務署では、税理士による所得税等の無料税務相談を下記のとおり開催します。相談を希望される場合は、電話による事前予約が必要です。

【開設日】2月4日(火)午前9時30分～午後4時
※正午～午後1時は昼休憩

【会場】紀宝町役場 大会議室

【予約方法】1月22日(水)以降に右記の尾鷲税務署個人課税部門に電話し、自動音声の案内に従い、「2」を選択してください。

【対象者】

①前年分の所得金額が、300万円(青色事業専従者給与額・青色申告特別控除額または、事業専従者控除額を控除する前の金額)以下の事業所得者、不動産所得者、雑所得者
※年金受給者を除きます。

②①の方で、消費税の課税事業者である場合には、令和4年分の課税売上高が3,000万円以下の方

③給与および年金受給者

※申告内容によっては、相談できない場合があります。

【留意事項】

- ・予約は先着順です。
- ・無料税務相談所では、譲渡所得(株式等譲渡所得を含む)、山林所得、贈与税、相続税の相談は応じられません。
- ・消費税の相談で、申告書の作成に時間を要する方は、売上および仕入れ(経費)に係る各金額を8%(軽減税率)と10%(標準税率)に区別するとともに、インボイス制度開始後の仕入れについて、インボイス発行事業者からの仕入れとインボイス発行事業者以外の者からの仕入れに区分した上で、それぞれの科目ごとに集計するなど、事前に準備してください。

▶詳しくは、尾鷲税務署個人課税部門(☎0597-22-2222)までお問い合わせください。