

確定申告

社会保険料控除の証明書などのお知らせ

平成25年中の国民健康保険税と後期高齢者医療保険料および介護保険料の納付額を記載した「納付済確認書」を、平成26年1月下旬に納税(付)義務者に送付します。確定申告、市・県民税の申告にご利用ください。

確定申告の手続きの際は、この証明書や領収証書が必要となりますので、申告を行うまで大切に保管してください。

この納付済確認書には特別徴収分(年金天引き分)は含まれていません。特別徴収分については、各年金・共済保険者から源泉徴収票として郵送されます。

国民健康保険税と後期高齢者医療保険料および介護保険料については、年末調整のため早めに納付済確認書が必要な方は電話でご連絡ください。

◆納付を証明する書類の発送時期

Table with 4 columns: 種別, 発着者, 納付方法, 発送時期. Rows include 国民年金保険料, 国民健康保険税・後期高齢者医療保険料, 介護保険料.

- 国民年金保険料
国民健康保険税
後期高齢者医療保険料
介護保険料

肺炎球菌ワクチン 予防接種費用を一部助成

助成対象者 次の条件を全て満たす方
①接種当日に市内に在住している65歳以上の方
②平成25年4月1日以降に予防接種を受けた方
③脾臓摘出を受けていない方

政サービスセンターに提出。※申請にあたっては、領収書(原本)、健康保険証、通帳、印かんをご持参ください。

特定健康診査を受けましょう!

糖尿病などの生活習慣病の大きな原因となるメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を早期に発見すること、生活習慣の改善や病気の予防・早期治療を目指します。ぜひ健診を受け、健康レベルをアップしましょう。

こころの健康講座

心の病を持つ方にとって、周りの人の理解や支えはとても大事です。正しい知識を身につけ、できることを考えてみませんか?
日時 12月10日(火)・12日(木) 午前10時~午後0時15分
13日(金)午前9時30分~正午の全3回
場所 10日・12日あびこ市民プラザ、13日保健センター

12月4日(水)に 結核・肺がん 検診を実施

台風26号の影響により、10月16日に天王台北近隣センターでの結核・肺がん検診の時間が短縮となったため、振り替えの検診を行います。
日時・場所 12月4日(水)天王台北近隣センター
受付時間 午前9時30分~11時30分、午後1時~3時
対象者 市内に住民登録をしている、昭和49年3月31日以前に生まれた40歳以上の方
※受診券をお持ちでない方は11月27日(水)までに電話でご連絡ください。

認知症の方の 家族のつらい「こぼく」

対象の方には5月末または10月末に受診券を送付しました。送付された受診券と保険証をお持ちの上、市内委託医療機関で受診してください。なお、25年4月から26年3月までの誕生日



障害者スポーツ体験教室 「ジャベリックスロー」

日時 11月29日(金)午前10時~正午
場所 障害者福祉センター・グラウンド(雨天時センター訓練室)
対象・定員 市内在住の障害者をお持ちの方、先着5人(送迎は要相談)
費用 無料
障害者福祉センター ☎7188-10141、☎7188-10242

健康づくり推進員養成講座 参加者募集

地域の方々への健康づくりや食生活のアドバイザーとしての活動を行う、健康づくり推進員及び食生活改善推進員を養成する講座(全6回)を行います。
時間 午前9時~正午(調理実習は午後2時頃まで)、午後1時30分~3時30分
場所 保健センター



Table with 2 columns: 日程, 内容. Rows include 12月10日(火)午後 健康づくり推進員について, 12月16日(月)午後 歯と口腔の健康について, etc.

対象・定員 市内在住で30歳以上の方、先着20人(無料)※4回以上出席できる方を優先
申込・問 12月6日(金)までに、電話で健康づくり支援課 ☎7185-1126

12月 松戸健康福祉センター 各種無料相談

Table with 3 columns: 相談名(原則予約制), 日時, 予約・問. Rows include 不妊相談, 思春期相談, エイズ検査, DV相談, etc.

(連絡所専門職員出張日) 食品専門職員出張日(☎11・25日(水)) 環境専門職員出張日(☎17日(水)) 時間はいずれも9時~17時

●休日・夜間に病気になったら: ○消防署(☎7184-0119)に電話をしてください。休日・夜間救急病院、小児救急病院をご案内します。案内された病院に行く場合は、症状やけがの状態を病院に直接電話してから受診してください。※緊急の場合は迷わず☎119へ電話をしてください。※休日や深夜などの診察料は、割高になります。休日は日曜、祝日、年末年始