

## 広がっています！津山市の介護予防活動

問 高齢介護課（市役所 1 階 11 番窓口） ☎ 32-2070

活動に参加したい人や、新しく通いの場を立ち上げたい人など、お気軽にご相談ください。

### め ぜせ元気！！こけないからだ講座 >>>

住み慣れた地域の仲間と一緒に、週 1 回体操をします。筋力をつけるだけでなく、認知症・閉じこもりなどの防止や、住民同士の見守り活動に役立つ講座です。現在、市内 213 地区でこけないからだ講座を実施しています。



### <<< ふらっとカフェ

地区の集会所など、高齢者が歩いて行ける身近な場所で気軽に集まれる「居場所づくり」をする活動です。茶話会、レクリエーションや趣味活動などで楽しく過ごすことで、閉じこもり、認知症予防につながります。



### 俺の野菜づくり講座 >>>

男性の高齢者を対象に、野菜づくりをしながら運動、社会参加などでフレイル\* 予防を図ります。認知症予防事業への参加や、収穫した野菜の寄付など、社会貢献にも取り組んでいます。

\* 年齢を重ねると体の働きが弱くなってきた状態

## 開催します 介護おたすけ講座

問 津山市地域包括支援センター ☎ 23-1004、FAX 23-1005

健康と介護に役立つ知識を身に付けることができます。参加費は無料です。

講座名	とき	ところ
目からウロコのおむつ講座	10月13日(金) 午後2時～3時30分	勝北文化センター（新野東）
在宅での介護技術	10月19日(木) 午後2時～3時30分	加茂町福祉センター（加茂町小中原）
知っておこう 腰痛予防	11月2日(木) 午後2時～3時30分	津山市総合福祉会館
高齢者の薬について	11月16日(木) 午後2時～3時30分	久米支所（中北下）

定員 各会場 30 人

申込方法 ①氏名②電話番号③希望する講座を、電話またはファクスで申し込む

締め切り 各講座の開催日 1 週間前

## 滞納処分を強化しています

問 納税課（市役所 2 階 1 番窓口） ☎ 32-2014

市税（料）は、福祉、医療、教育、ごみ処理、道路や公園の整備など、わたしたちが安心して暮らすことができるまちづくりを進めるための重要な財源です。滞納は、期限内に納付した人との間に不公平が生じるだけでなく、市の財政を圧迫します。

滞納した場合は、資産、収入などの財産を調査して差し押さえ、滞納した市税（料）に充てることになります。期限内に納付してください。

### 納期限を過ぎると…



Q 少額の滞納でも差し押さえされますか。

A 金額に関係なく、滞納すると差し押さえの対象になります。

Q 承諾なしに、財産を差し押さえられました。このようなことが許されるのですか。財産の調査はプライバシーの侵害ではありませんか。

A 財産の差し押さえは、法律に基づいた正当な行政処分です。本人への事前の告知や同意は必要ありません。差し押さえる前に行う財産の調査も法律に基づくもので、個人情報保護法には触れません。

Q 住宅ローンなど借入金の返済があり、税金が払えません。

A 「税金はすべての債権に先立って徴収する」と法律に定められています。借入金の返済のために税金の徴収を猶予することはできません。

### ◆納税に困ったら相談を

災害での被災、病気、失業、事業の廃止や休止など、やむを得ない事情で期限内の納付が難しくなった場合は、そのままにせず、早めに相談してください。

平日以外に、金曜夜間窓口や日曜納税窓口もあります。まずご相談ください。

◆金曜夜間窓口 毎週金曜日午後7時まで（祝日・年末年始を除く）

◆日曜納税窓口 毎月最終の日曜日午前9時～午後1時（12月は第3日曜日）

## 上場株式等の配当所得等を申告する人へ

問 課税課市民税係（市役所 2 階 3 番窓口） ☎ 32-2015

### 所得税と個人住民税の課税方式が統一されます

上場株式等の配当所得等について、これまでは所得税と個人住民税で異なる課税方式を選択することができました。しかし、令和4年度の税制改正で令和6年度（令和5年分）から所得税と個人住民税の課税方式を統一することになり、異なる課税方式が選択できなくなります。

確定申告で上場株式等の配当所得等を申告する場合は、個人住民税も申告することとなり、個人住民税の合計所得金額に算入されます。

### ご注意ください！

上場株式等の配当所得等を申告すると、個人住民税の非課税判定、扶養控除の適用、医療費の負担割合、国民健康保険料・介護保険料の算定などに影響が出る可能性があります。