

目次

- 村の出来事 1
- お知らせ 2
- 税の申告について 3
- 総合カレンダー 5
- こんにちは！保健師です 7
- お知らせ 8
- 商品券の使用期限 11



もっとたくさん滑りたい！

快晴に恵まれた1月12日(木)、モヤヒルズで村民スキー教室の2日目が開催されました。参加した小学生は、蓬田スキークラブの方々の丁寧な指導を受け、時間いっぱいまでスキーを楽しみました。

2

2023 No.598

令和5年2月発行 編集発行 蓬田村総務課 企画財政班 TEL 0174-27-2111 FAX 0174-27-3255
 〒030-1211 青森県東津軽郡蓬田村大字蓬田字夕越1番地3 蓬田村ホームページ <https://www.vill.yomogita.jp>

よもぎた応援商品券の使用期限が迫っています！

「よもぎた応援商品券」のご使用はお済みですか？まだ商品券をお持ちの方は、期限内にご使用ください。※使用期限を過ぎた商品券は無効となり、使用できません。

使用期限：令和5年3月5日(日) ※商品券は2種類あります。

■全村民に配布
※基準日(令和4年6月10日)時点で村に住所のある方
☎ 27-2111

■マイナンバーカード取得者に配布
※令和4年12月28日までにマイナンバーカードを申請し、令和5年2月28日までにカードを取得した方

話題の本、読みませんか？

ふるさと総合センターの新刊図書を紹介します。

- 爆弾 呉勝浩 著 / ○罪の境界 葉丸岳 著
- 世界一面白くてお金になる経済講座 南祐貴 著
- 赤と青とエスキース 青山美智子 著
- つい人に話したくなる日本のなるほど雑学 坪内忠太 著
- 知識ゼロですが、つみたてNISAとiDECOをはじめたいです。 横山 光昭 著

※この他にも取り揃えています。▶問い合わせ 教育課 ☎ 31-3111

～2023年度・2024年度就職予定者の登録募集中～ あおりり若者定着奨学金返還支援制度のお知らせ

若者(35歳未満)が、青森県内に住み登録企業が6年間働き続けたとき、県と企業とで奨学金返還を支援する制度です。若者・企業とも事前登録が必要です。(登録無料)

■対象者

- ・大学・短大等の卒業生で、採用時に35歳未満の方
- ・青森県内で正規雇用されていない方
- ・「日本学生支援機構」、「青森県育英奨学会」の奨学金利用者

※県外にお住まいの方が、年度中途に就職する場合も対象となります。

■対象企業等

- ・県内企業または勤務地を県内に限定した採用を行う県外企業(法人、団体、個人事業主)

■支援額(企業・県が1/2ずつ負担)

学校区分	1人当たり支援額(企業が設定)
大学等	150万円、100万円、60万円のいずれか
短大等	75万円、50万円、30万円のいずれか

※返還総額・残額の1/2が上限

■詳しくは公式サイトで「あおりり奨学金サポートサイト」
<https://www.aomori-life.jp/syogakukin>

▶問い合わせ 青森県地域活力振興課 ☎ 017-734-9174

電気火災に注意！

私たちの暮らしに欠かせない電気も、使い方を誤ると火災につながってしまいます。電気火災を未然に防ぐために、以下のことに気をつけましょう。

○半断線（コードの下敷き、折れ、ひっぱり注意！）

コード内部で断線し発熱、出火する恐れがあります。コードが家具の下敷きになっていたり、無理に張られた状態にないか確認しましょう。また、プラグを抜く時はコードを引っ張らずプラグ本体を持って抜きましょう。

○コードを束ねて使用で過熱

コードを束ねたまま使用していると、コードの放熱が妨げられ出火する恐れがあります。束ねて使用するのはいやめましょう。

○トラッキング

（コンセント周りのほこりや湿気に注意！）
プラグにホコリや水分が付着することで通電し発熱、出火する恐れがあります。乾いた布などで掃除しましょう。また、プラグに水などがつかないようにしましょう。

○過電流

（たこ足配線はやめて定格電流を守りましょう！）

電源タップには定格容量（使っていい電気の量）が決められています。つないだ電気機器の消費電力の合計が定格容量を上回る状態で使うと、発熱し出火する恐れがあります。電源タップの定格容量及び電気機器の使用電力を確認しましょう！

○接触部過熱

（コンセントのゆるみやプラグのぐらつきに注意！）

コンセントや配線の接続部がゆるむと、金属の接触不良により抵抗が増え発熱し出火する恐れがあります。コンセントはしっかりと差し、プラグが変形していたり、差し込んでもグラグラする場合は使用しないようにしましょう！

▶問い合わせ 消防本部予防課 ☎017-775-0853

東北電力から節電・省エネのお願い

今冬は全国的に電力需給が厳しい見通しとなっております。

東北電力では供給力の確保に向け、最大限取り組んでおりますが、地域の皆さまにおかれましても、無理のない範囲での節電にご協力をいただきたくお願いいたします。省エネ・節電手法等については以下のQRコードよりご確認ください。

省エネ・節電手法のご紹介

省エネ・節電手法等については以下のQRコードよりご確認ください。



◀省エネ・節電手法のご紹介
（個人のお客さま向け）



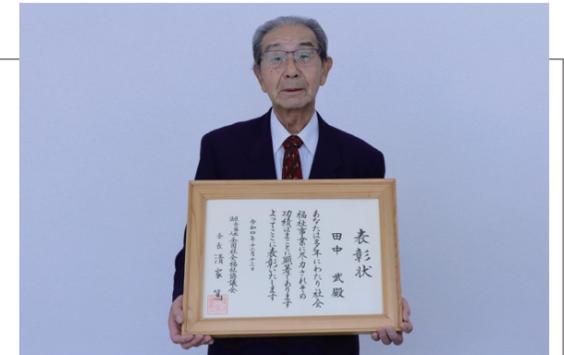
◀省エネ・節電手法のご紹介
（法人のお客さま向け）

▶問い合わせ 東北電力 各種お問い合わせ ☎0570-550-220
＜受付時間：月曜～金曜 午前9時～午後5時（祝日、年末年始を除く）＞

12/13 社会福祉事業の発展に貢献

全国社会福祉大会で田中武さんに表彰状

東京都の浅草公会堂大ホールで開催された令和4年度全国社会福祉大会において、蓬田村社会福祉協議会の田中武会長が表彰を受けました。田中会長は、多年にわたり社会福祉事業の発展に貢献した功績が認められ、社会福祉事業関係団体功労者として全国社会福祉協議会の清家篤会長から表彰状が授与されました。



▲永年のご尽力に感謝いたします

12/14 地域福祉の向上のために

民生委員児童委員・主任児童委員委嘱状伝達式

令和4年12月に一斉改選が行われた民生委員児童委員等に委嘱状が伝達されました。久慈村長は、民生委員児童委員9名に厚生労働大臣と県知事からの委嘱状を、主任児童委員2名に厚生労働大臣からの指名辞令を伝達しました。久慈村長は「地域からの信頼が厚く、地域福祉を理解している皆様の活躍を期待しています」と挨拶しました。



▲中沢地区の民生委員児童委員の川嶋善光さん（右）

12/26 昔ながらのもちつきを体験

もちつき交流会

ふるさと総合センターで年末恒例のもちつき交流会が行われ、約20名の親子が参加しました。子どもたちは、一人ずつ順番に重い杵を振り上げて餅をつき、貴重な体験を楽しんでいました。つきたての柔らかいお餅は食べやすいように小さく丸め、おしるこやきな粉、お雑煮にして食べました。



▲「よいしょ」のかけ声に合わせて餅をつきました

1/5 新年の思いを筆に込め

村民書き初め大会

新年を迎え、ふるさと総合センターで村民書き初め大会が行われました。小学生から一般まで15名ほどが参加し、年齢別に決められたお題に挑戦しました。参加者は、講師の福井陽子氏の指導を受けながら集中して筆を走らせていました。完成した作品は、ふるさと総合センターに展示され、来館者の目を楽しませていました。



▲講師の先生と一緒に書いて筆使いを学ぶ子どもたち

青森税務署より所得税の確定申告のお知らせ

▶問い合わせ
青森税務署 017-776-4241

令和4年分所得税の確定申告の期間は、2月16日(木)～3月15日(水)までとなっています。
確定申告が必要な方は、必ず申告していただきますようお願いします。

①確定申告書の作成・送信は国税庁ホームページをご利用ください

国税庁ホームページから、スマートフォンやパソコンで所得税などの申告書を作成し、マイナンバーカードを使用してオンライン(e-Tax)で申告ができます。
新型コロナウイルス等の感染防止の観点からも、ぜひ、ご自宅からのe-Taxによる確定申告をご利用ください。

②e-Tax(電子申告)を利用するメリット

- 税務署へ行かずに自宅から確定申告ができます。
- 生命保険料控除証明書、地震保険料控除証明書などの添付書類は、記載内容を入力・送信すれば提示や提出が不要となります。
※法定申告期限等から5年の間は、税務署から上記添付書類の提出や提示を求められることがありますので、保存しておく必要があります。
- 自宅からe-Taxで提出された還付申告は、3週間程度で還付されます。
- 確定申告期間中は、24時間いつでも利用可能です。
※メンテナンス期間を除きます。

④申告書作成会場の開設

- 次の期間、青森税務署内に申告書作成会場を開設します。
- 開設期間
2月1日(水)～3月15日(水) ※土・日・祝日を除く。
※ただし、2月19日(日)・26日(日)は開設します。
 - 開設時間 午前9時～午後5時

申告書作成会場では、ご自身のスマートフォンやタブレットを使用して申告書を作成していただきます。
スマートフォン等及びマイナンバーカード(マイナンバーカードの発行時に設定した暗証番号を含む。)をお持ちの方は、ご持参ください。
※税務署では、職員の手洗い・マスク着用・日々の検温、消毒・清掃を毎日行うなど、感染症対策を徹底しています。来場される方のマスク着用と、入場時の検温、手指消毒へのご協力をお願いします。また、駐車場は大変混み合いますので、公共交通機関をご利用ください。

③e-Tax(電子申告)の利用方法

次の①②の方式で、e-Taxを利用できます。

①マイナンバーカード方式

マイナンバーカードとICカードリーダー(又はマイナンバーカード読取対応のスマートフォン)が必要です。

②ID・パスワード方式

税務署で本人確認の上発行された「ID・パスワード方式の届出完了通知」が必要です。
新たに発行を希望する方は、顔写真付き本人確認書類をお持ちの上、本人が税務署で発行手続きをする必要があります(過去に税務署で確定申告をした方は、すでにお持ちの場合があります)。この方式は暫定的な対応ですので、お早めにマイナンバーカードの取得をお願いします。

⑤申告書作成会場への入場には「入場整理券」が必要です

申告書作成会場の混雑緩和のため、会場への入場には「入場整理券」が必要です。入場整理券は、会場当日配布しますが、配布状況に応じて、後日の来場をお願いすることがあります。
LINEを通じたオンラインによる事前発行も可能です(事前発行可能期間が設けられています)。

◎税務課よりお知らせです

▶問い合わせ 役場 税務課 ☎27-2114

令和5年度住民税の申告&令和4年分所得税の確定申告

①住民税の申告

1. 巡回会場での受付
■期間 2月1日(水)～2月9日(木)
※下表「住民税申告巡回受付の日程表」をご確認ください。
2. 役場2階会議室での受付
■期間 2月10日(金)～3月15日(水)
※土・日・祝日は除きます
■時間 午前9時～午後4時

住民税の申告が必要な人

- 令和5年1月1日現在、本村に在住で、次のいずれかに該当する人は、住民税の申告をしてください。
- 事業所得、不動産所得、譲渡所得などがある人で所得税が課税されない人
 - 給与の年末調整が済んでいて、給与以外の所得がある人
 - 公的年金収入が400万円以下で、その他の所得がある人、または所得控除の追加がある人
- ※確定申告をした人や、収入が給与だけで勤務先から村へ「給与支払報告書」が提出されている人は、住民税の申告は必要ありません。
※農業分の申告がある方は、参考資料として農業収支を確認できる帳簿等をご持参ください。
※収入がない方も住民税申告をお願いします(未申告の場合、各種証明書(所得証明書、課税証明書等)が発行できないほか、国民健康保険税、介護保険料の軽減措置や各種手当等の行政サービスが受けられない場合があります)。

申告に必要なもの(住民税・所得税共通)	
<input type="checkbox"/>	印鑑
<input type="checkbox"/>	源泉徴収票など収入が明らかになる資料(給与・年金収入のある方)
<input type="checkbox"/>	国民年金保険料などの控除証明書
<input type="checkbox"/>	社会保険の領収書(令和4年中に支払ったもの)
<input type="checkbox"/>	生命保険や損害保険の控除証明書、医療費などの領収書または医療費通知書
<input type="checkbox"/>	障害者手帳や愛護手帳
<input type="checkbox"/>	経営所得安定対策交付金計算書など
<input type="checkbox"/>	ライスセンターの利用者は精算書(最終のもの)
<input type="checkbox"/>	事業所得のある方は収支決算書や帳簿など
<input type="checkbox"/>	生命保険会社などから年金を受給している方は明細書
<input type="checkbox"/>	個人番号(マイナンバー)がわかるもの(通知カードまたは個人番号カード)
<input type="checkbox"/>	本人確認書類(顔写真付き身分証明書など)
<input type="checkbox"/>	通帳

②所得税の確定申告

1. 役場2階会議室での受付
■期間 2月16日(木)～3月15日(水)
※土・日・祝日は除きます
■時間 午前9時～午後4時
※所得税の確定申告書や手引きは、税務署または役場税務課で配布しています。
※青色申告の方は税務署での申告をお願いします。
※その他、複雑な申告や時間を要する申告の場合は、税務署での申告をお願いします。
※事業を行っている場合は、事業に関する日々の取引を正確に記帳するとともに帳簿や領収書等の書類を保存してください。

所得税の確定申告が必要な人

- 次のいずれかに該当する人は所得税の確定申告をしてください。
- 事業所得、不動産所得、譲渡所得などがあり、各種の所得金額の合計額が所得控除の合計額を超える人
 - 年間の給与収入額が2,000万円を超える人
 - 給与の年末調整が済んでいて、給与以外の所得が20万円を超える人
 - 2カ所以上の事業所から給与をもらい、源泉所得税の精算が済んでいない人
- ※公的年金収入が400万円以下で、その他の所得が20万円以下の人は所得税の申告をする必要はありません。ただし、控除の追加などで所得税の還付を受ける場合には、申告することもできます。また、所得税の確定申告が必要ない場合であっても、住民税の申告は必要です。

住民税申告巡回受付の日程表

地区名	会場	受付月日	受付時間
中沢	中沢公民館	2月1日(水)	午前9時～午後2時
長科	長科旧公民館	2月2日(木)	午前9時～午後2時
阿弥陀川	役場2階会議室	2月8日(水)	午前9時～午後4時
ぐっと町会	役場2階会議室	2月8日(水)	午前9時～午後4時
蓬田・宮本	役場2階会議室	2月9日(木)	午前9時～午後4時
郷沢	郷沢自治会館	2月7日(火)	午後1時～午後3時
瀬辺地	瀬辺地民生会館	2月3日(金)	午前9時～午後2時
広瀬	文化伝承館	2月6日(月)	午前9時～午後2時
高根	高根公民館	2月7日(火)	午前9時～午前11時

■詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。
<https://www.nta.go.jp>

イベント等は中止・延期となる可能性があります。

日	月	火	水	木	金	土
	※予定は変更されることがありますので、確認をお願いします。		1 ◆住民税申告（中沢）	2 ◆住民税申告（長科） ◆子育てサークル ㊟ ◆乳幼児健康診査・股関節脱臼健診 13:00~ ㊟ 北 燃えるごみ（40cm 未満） 南 燃えないごみ	3 ◆住民税申告（瀬辺地） 南 燃えるごみ（40cm 未満）	4
5 ◆蓬田村消防団出初め式 9:30~ ㊟	6 ◆住民税申告（広瀬） 北 燃えるごみ（40cm 未満）	7 ◆住民税申告（郷沢・高根） ◆障がい者生活訓練教室 ㊟ 北 缶・ペットボトル・ビン 南 燃えるごみ（40cm 未満）	8 ◆住民税申告（阿弥陀川・ぐっと町会）	9 ◆住民税申告（蓬田・宮本） ◆いきいきなどわどサロン ㊟ ◆子育てサークル ㊟ 北 燃えるごみ（60cm 未満） 南 缶・ペットボトル・ビン	10 南 燃えるごみ（40cm 未満）	11 ○建国記念の日
12	13 北 燃えるごみ（40cm 未満）	14 ◆障がい者生活訓練教室 ㊟ 北 燃えないごみ 南 燃えるごみ（40cm 未満）	15 ◆蓬田村表彰式・蓬田村教育委員会表彰式 14:00~ ㊟ ◆英会話教室 18:00~ ㊟ 北 南 特殊なごみ（電球・蛍光灯・乾電池など）	16 ◆いきいきなどわどサロン ㊟ ◆子育てサークル ㊟ ◆こころのサロン ㊟ ◆麻しん風しん1期予防接種 8:30~11:00 ㊟ 北 燃えるごみ（40cm 未満） 南 燃えないごみ	17 南 燃えるごみ（60cm 未満）	18
19	20 北 燃えるごみ（40cm 未満）	21 ◆障がい者生活訓練教室 ㊟ 北 缶・ペットボトル・ビン 南 燃えるごみ（40cm 未満）	22 南 缶・ペットボトル・ビン	23 ○天皇誕生日 北 燃えるごみ（40cm 未満）	24 南 燃えるごみ（40cm 未満）	25 北 南 古紙類
26	27 北 燃えるごみ（40cm 未満）	28 ◆障がい者生活訓練教室 ㊟ 北 燃えないごみ 南 燃えるごみ（40cm 未満）				

- 行事開催場所
- ㊟ … ふるさと総合センター
 - ㊟ … 蓬田村役場
 - ㊟ … トレーニングセンター
 - ㊟ … 蓬田診療所
 - ㊟ … よもぎ温泉
 - ㊟ … 蓬田公民館

- ごみ収集日
- 北 … 蓬田・宮本・郷沢・瀬辺地・広瀬・高根
南 … 中沢・長科・阿弥陀川・ぐっと町会
- ※ごみは収集日当日の朝 6:30 までに出してください。
※粗大ごみは収集場所に出さないでください。
▶問い合わせ 健康福祉課 ☎ 27-2113（内線 402）

○ジョアンの英会話教室
Let's enjoy English ㊟

次回は 2月 15日（水）

時間：午後 6 時～
場所：ふるさと総合センター
☎ 31-3111



- 障がい者生活訓練教室（毎週火曜日）
※第 3 火曜日は理学療法士が来ます
- 障害者手帳をお持ちでバス停まで通える方が対象です。送迎バス有。時間等の詳細はお問い合わせください。
- ▶問い合わせ 健康福祉課 ☎ 27-2113（内線 404、405）

- いきいきなどわどサロン（毎週木曜日 10:00~14:00）
- 65 歳以上のシニア世代を中心にどなたでも利用できます。各自で会場へお越しください。詳細はお問い合わせください。
- ▶問い合わせ 住民課 ☎ 27-2112（内線 302）

総合カレンダー

2023

2 月

戸籍の窓口

【12月受付分】（敬称略）

■お誕生おめでとうございます

蝦名 泰芽（優幸男の子）（阿弥陀川）
美冴

■ご冥福をお祈りします

室谷 千代子 61 歳（蓬田）
津島 隆 83 歳（蓬田）
中川 マユ 93 歳（郷沢）
越田 源策 89 歳（郷沢）
小野 哲雄 89 歳（郷沢）
柿崎 てる彖 85 歳（広瀬）
八幡 徳治 84 歳（高根）

■蓬田村の人口（12月31日現在）

区分	人口	前月比
総人口	2,581	－ 9
男	1,249	－ 6
女	1,332	－ 3
世帯数	1,131	－ 3

小さな掛金・大きな補償！スポーツ安全保険に加入しよう！

スポーツ・文化・ボランティア活動など幅広く適用されます。4名以上の団体でご加入ください。

対象となる事故	団体活動中の事故・往復中の事故（自動車事故による賠償責任保険は適用外）
補償内容	傷害保険（通院、入院、後遺障害、死亡）・賠償責任保険・突然死葬祭費用保険
加入受付期間	令和5年3月1日から令和6年3月30日 ※令和5年度からWEBでの加入のみになります。
保険期間	令和5年4月1日午前0時から令和6年3月31日午後12時まで （令和5年4月1日以降に加入手続きをした場合、翌日の午前0時から令和6年3月31日午後12時まで）
掛金	1人年額800円～11,000円（団体の活動内容・年齢などによって異なります）

詳しくは、ホームページをご覧ください。 <http://www.sportsanzen.org>

▶問い合わせ 公益財団法人スポーツ安全協会（固定電話）☎0570-087109

（携帯電話等）☎03-5510-0033（青森県スポーツ安全保険専用電話）☎017-718-1136



児童扶養手当・特別児童扶養手当制度に該当していませんか

■児童扶養手当

父または母と生計を同じくしていない児童を養育している家庭に、児童扶養手当を支給します。支給期間は、児童が満18歳に達した年度末までです（児童に中度以上の障がいがあるときは20歳に達する月末まで）。

■特別児童扶養手当

精神又は身体に中度以上の障がいを有する児童を養育している家庭に、特別児童扶養手当を支給します。支給期限は、20歳の誕生日の前日までです。該当すると思われる方は、お問い合わせください。

▶問い合わせ

役場 健康福祉課 ☎27-2113（内線403）

～赤十字会員加入・活動資金へのご協力をお願いします～ 救いを託されている。あなたとともに。

日本赤十字社は「救いを託されている」団体です。皆さまが赤十字に託していただいた思いは、災害・紛争・感染症で失われる命を守り、その苦痛を限りなく軽減するための活動のほか、地域や教育現場における防災・減災の知識・技術の普及促進や公的機関・他団体と連携した地域での講習普及等による地域のレジリエンス（回復力）の強化など、日本赤十字社が国内外で取り組む活動を通じてその思いを届けています。

こうした活動を継続できるのは、皆さまから寄せられる会費や寄付金によるご支援によるものであります。青森県支部では、赤十字活動のことを

多くの皆さまに知っていただくよう努力し、心から賛同を得られることを切に願っています。

今年も「赤十字会員増強・活動資金増収運動」がはじまります。会員加入・活動資金の訪問募集へのご理解と、皆さまからのあたたかいご支援を心よりお待ちしております。

▶問い合わせ

日本赤十字社青森県支部 総務課 会員係

☎017-722-2011

日本赤十字社青森県支部蓬田村分区

事務局 健康福祉課

☎0174-27-2113（内線401）

今月のテーマ



2月は全国生活習慣病予防月間です



生活習慣病は日々の取り組みで予防・改善できます。いつまでも健康でいるために、今からできることを始めてみましょう。

●健康を脅かす生活習慣病

生活習慣病は「食生活、運動習慣、休養、喫煙、飲酒等の生活習慣が、その発症・進行に關与する疾患群」のことを指しており、例えば次のような疾患が含まれるとされています。

食生活

インスリン非依存糖尿病、肥満、高脂血症（家族性のものを除く）、高尿酸血症、循環器病（先天性のものを除く）、高血圧、大腸がん（家族性のものを除く）、歯周病等



運動習慣

インスリン非依存糖尿病、肥満、高脂血症（家族性のものを除く）、高血圧等

喫煙

肺がん、COPD（慢性閉塞性肺疾患・慢性気管支炎・肺気腫等）、歯周病等



飲酒

アルコール性肝疾患等



生活習慣病は、医療費の約3割、死者数の約6割を占めており、その予防法は健康を守るために大変重要となっています。

●健康よもぎた10ヶ条

住民一人ひとりが自らの身体のことに関心を持ち、子ども頃から積極的に健康づくりに取り組むことが健康への第一歩になります。

栄養・運動・休養・飲酒・喫煙・歯の健康等の生活習慣をより良いものにするよう、村では健康よもぎた10ヶ条を平成27年に掲げました。この健康よもぎた10ヶ条を心がけ、生活習慣病などの病気を防ぎましょう。

1. 子どもの頃からやせすぎ、太りすぎに注意します。
2. 愛情いっぱい野菜いっぱいの楽しい食事を大切にします。
3. 毎日積極的に身体を動かします。
4. ストレスをためません。
5. 家庭や地域で健やかな心を育てます。
6. たばこの害を正しく知り、禁煙と受動喫煙防止につとめます。
7. 休肝日をつくり、節度ある飲酒を心がけます。
8. 60歳で24本、80歳で20本以上の歯を目指します。
9. 自分の血圧を知り、しゃぶ口に気をつけます。
10. 毎年健（検）診を受けます。

「解決の糸口を見つけに行こう！」無料相談会

自治体と連携し生活再建相談事業を行っている消費者信用生活協同組合による無料相談会です。専門スタッフや弁護士がお金や暮らしに関する悩みなどについて、丁寧に聞き取りし、一緒に解決の糸口を見つけます。

■日時 3月4日（土）午前10時～午後4時

■場所 信用生協 青森事務所
（青森市安方1-3-5 小田島ビル3階）

■相談料 無料。
ただし、事前の予約が必要です。

■対象の相談

- ①お金の問題（多重債務問題など）
- ②遺産相続
- ③不動産売買
- ④税金等公共料金の滞納
- ⑤DV・離婚問題
- ⑥その他くらしに関する悩み

■予約先 信用生協青森事務所 ☎0120-102-143

お知らせ

マイナンバー制度に係る県税手続

社会保障・税番号制度が導入され、社会保障・税・災害対策の3分野でマイナンバー（個人番号）が利用されています。県税手続においては、次の2点にご協力をお願いします。

- ①個人番号及び法人番号の記載欄のある税務関係書類（申告書等）への番号の記載
- ②個人番号を記載した申告書等を提出する際の本人確認（番号確認+身元確認）

《本人確認書類の例》
○マイナンバーカード【番号確認+身元確認】
○通知カード【番号確認】

+運転免許証、パスポート等【身元確認】
詳しくは県庁HPをご覧ください。

▼問い合わせ
東青地域県民局 県税部

☎017-734-9970

借金に関する相談窓口

相談員が借金の状況等をお伺いし、必要に応じて弁護士等に引継ぎます。一人で悩まず、ご相談ください。秘密厳守・相談無料。

■受付時間 月～金曜日（祝日・年末年始除く）
午前8時30分～正午
午後1時～午後4時30分

■相談専用電話
☎017-774-6488
▼問い合わせ 東北財務局 青森財務事務所 理財課
☎017-722-1463

放送大学 4月生募集

放送大学では、4月入学性を募集しています。放送大学では「大学を卒業したい」「学びを楽しみたい」などの目的で、様々な年代や職業の方が学んでいます。授業はインターネットやBS放送で視聴し、単位認定試験もWEBで受験できます。

きます。出願期間は3月14日まで。資料無料。

▼問い合わせ
放送大学青森学習センター
☎0172-380500
八戸サテライトスペース
☎0178-701663

自衛官募集

■種目 ①技術海上幹部・航空幹部/②技術海曹・空曹

■概要 資格免許・専攻学科に応ずる専門分野に従事

■応募資格（男女）
①45歳未満の卒業で2年以上の業務経験者/②20歳以上で国家資格を保有する者

■受付期間 ①②3月上旬～5月中旬
■試験日及び試験会場

①6月中旬・海上幹部は横須賀基地、航空幹部は目黒基地/②6月中旬・技術海曹は八戸航空基地、技術空曹は府中基地
▼申込み・問い合わせ
自衛隊青森地方協力本部青森募集案内所
☎017-783-2995

後期高齢者医療 高額介護合算療養費支給申請のお知らせ

後期高齢者医療制度の加入者で、医療費と介護サービス費の自己負担額の1年分（令和3年8月1日～令和4年7月31日）の合算額が限度額（表）を超えた場合、超えた額が支給されます（500円以下の場合は対象外）。世帯内に被保険者が複数いる場合は、世帯で合算して支給額を計算します。

支給要件に該当すると思われる世帯には、2月下旬（予定）に「支給申請のお知らせ」を送付します。お知らせが届いた方は申請してください。対象期間中に後期高齢者医療制度に加入した方や転入した方等がいる世帯には、支給対象でもお知らせが送付されない場合がありますので、対象になると思われる方はお問い合わせください。

所得区分	自己負担限度額
現役並み所得Ⅲ ※1	212万円
現役並み所得Ⅱ ※2	141万円
現役並み所得Ⅰ ※3	67万円
一般 ※4	56万円
低所得Ⅱ ※5	31万円
低所得Ⅰ ※6	19万円

※1：課税所得690万円以上 ※4：住民税課税世帯
※2：課税所得380万円以上690万円未満 ※5：世帯全員住民税非課税
※3：課税所得145万円以上380万円未満 ※6：世帯全員住民税非課税のうち全員の各所得が0円

自己負担額は、支払った額から高額療養費や高額介護（予防）サービス費を除いた額です。

- 申請に必要なもの
- ・支給申請書
 - ・支給申請のお知らせ
 - ・後期高齢者医療被保険者証
 - ・介護保険被保険者証
 - ・個人番号（マイナンバー）がわかるもの
 - ・本人確認書類（顔写真付き身分証明書）
 - ・印鑑（認印）
 - ・通帳等口座情報のわかるもの

※被保険者が亡くなっている場合は受領申立書の提出が必要です（事前に提出した場合は不要）。
※被保険者以外の方が申請又は受領する場合は委任状が必要です。

※被保険者以外の方が申請する場合は委任状に加え、被保険者の個人番号がわかるもの（コピー可）、申請者の本人確認書類が必要です。

※重度心身障がい者医療費の助成を受けている場合、市町村へ受領を委任する委任状が必要です。

※対象期間中に青森県後期高齢者医療以外の医療保険や他市町村の介護保険の加入歴と、自己負担額がある場合は、それらの保険の自己負担額証明書が必要です。

※成年後見人が申請される場合は、登記事項証明書（3か月以内に発行）をお持ちください。

▶問い合わせ
役場 住民課 ☎27-2112（内線304）または青森県後期高齢者医療広域連合 ☎017-721-3821

後期高齢者医療被保険者のみなさまへ



■「医療費通知書」の送付について
被保険者の皆さまに医療費に対する理解を深めていただくために、年1回、1年分の医療費を記載した「医療費通知書」を送付しています。対象期間は令和4年1月から12月までの受診分ですが、「医療費通知書」がお手元に届くのは3月上旬になります。「医療費通知書」は、確定申告の医療費控除に使用できますが、確定申告開始時期までにお届けできないため、お急ぎの方は領収書でご対応ください。

■「お薬代負担軽減のご案内」の送付について
ジェネリック医薬品に切り替えると薬代が安くなる可能性のある方へ「お薬代負担軽減のご案内」を2月下旬に送付し、どのくらい安くなるかお知らせします。ジェネリック医薬品の利用を希望する方は、医師や薬剤師にご相談ください。

▶問い合わせ
役場 住民課 ☎27-2112（内線304）または青森県後期高齢者医療広域連合 ☎017-721-3821

野菜づくり基礎講座 参加者募集

野菜づくりの基礎知識をはじめ、各種野菜や花などの栽培方法を農業振興センター職員が解説します（座学）。

回	開催日	昼の部	夜の部	講座内容
①	3月14日（火）	10:00～12:00	19:00～21:00	野菜の基本、土づくりの基礎
②	3月15日（水）	10:00～12:00	19:00～21:00	面積・肥料計算、トマト、パレイショ、カボチャ
③	3月16日（木）	10:00～12:00	19:00～21:00	ナス、ピーマン、ネギ
④	3月17日（金）	10:00～12:00	19:00～21:00	スイートコーン、サヤインゲン、スイカ、キク
⑤	3月20日（月）	10:00～12:00	19:00～21:00	イチゴ、鉢花、ハーブの栽培・利用
⑥	3月22日（水）	10:00～12:00	19:00～21:00	病害虫防除、農薬の使い方

※昼の部と夜の部で同一内容の講座を実施しますので、都合の良い方にお申し込みください。

- 場所 青森市荒川市民センター2階会議室A（青森市大字荒川字柴田129-1）
- 対象者 全6回に参加可能な方
- 募集人員 昼の部・夜の部 各30人程度（申込多数の場合抽選）
- 料金 無料
- 申込 往復はがきに①住所、②氏名、③電話番号、④参加希望（昼の部・夜の部）を記入し、農業振興センターへご応募ください。
- 締切 2月20日（月）当日消印有効
- ▶申込先 〒030-1261 青森市大字四戸橋字磯部243-319 青森市農業振興センター（☎017-754-3596）