

【ほか】費用1500円(食事代)。現地集合・解散。食物アレルギーの方は要相談
【問合せ】青少年課育成担当

福祉

【転倒予防教室～ストレッチ、簡単な筋力運動、介護予防の話、ちがさき体操など】
【対象】市内在住で65歳以上の方
【ほか】費用1回200円。運動しやすい服・靴着用。飲み物持参。病気の方は主治医へ相談
【問合せ】高齢福祉介護課支援給付担当

Table with 3 columns: 日程(2020年1月), 時間, 場所. Lists various community events and their locations throughout January.

\*印の会場は上履きを持参

【土曜ミュージックサロン】心の情景～ピアノ&三線コンサートvol.2
【日時】2020年1月18日(土)13時45分～14時45分
【場所】萩園いこいの里
【内容】演目「童神」、「涙そうそう」、「めぐる季節(魔女の宅急便より)」他
【ほか】二村希一さん(ジャズピアノ)、小島亜矢さん(三線、唄)出演
【問合せ】萩園いこいの里 ☎(88)7513

【市役所で職場体験(印刷、PC入力などの事務)】
【日時】2020年1月27日(月)～2月7日(金)、2月17日(月)～28日(金)、3月2日(月)～13日(金)いずれも9時～15時(土・日曜日、祝日を除く)
【対象】市内在住で就労を目指す障害のある方3人(申込制(選考))
【申込】1月8日(水)までに申込書・自己チェックシート(いずれも市役所障害福祉課で配布中)を市役所障害福祉課へ本人が持参
【ほか】1月15日(水)に個別面接で体験者を決定。報酬なし
【問合せ】障害福祉課障害者支援担当

【65歳からの栄養教室】骨折注意!カルシウム足りていますか
【日時】2020年1月30日(木)10時～13時
【場所】男女共同参画推進センターいこりあ
【講師】管理栄養士・保健師
【対象】市内在住の65歳以上の方20人(申込制(先着))
【申込】12月16日(月)～1月23日(木)
【ほか】費用300円(材料費)。エプロン・三角巾・手ふきタオル・ふきん・筆記用具持参。調理実習あり
【問合せ】高齢福祉介護課支援給付担当

【いのちの電話相談員ボランティア～精神的な救いや励ましを求める方との電話での対話】
【申込】2020年2月15日(土)まで
【ほか】応募資格・申し込み方法など詳細は横浜いのちの電話☎参照
【問合せ】横浜いのちの電話事務局 ☎045(333)6163

保険・年金・税金

【各保険料の納付済額のお知らせ】2020年1月22日(水)に郵送
2019年中(1月～12月)に国民健康保険料、後期高齢者医療保険料、介護保険料を納付した方(国民健康保険料の場合は世帯主)へ、各保険料の納付済額を2020年1月22日に郵送でお知らせします。確定申告や市・県民税の申告の際に、参考資料としてご利用ください。なお、個人情報保護のため、納付金額の電話での回答はできませんのでご了承ください。
【問合せ】保険年金課保険料担当・後期高齢者医療保険担当、高齢福祉介護課保険料担当

【年金受給の方へ】源泉徴収票を郵送
老齢年金は、所得税法上の雑所得として課税の対象となります。2020年1月下旬より順次、1年間の年金支払総額などを記載した「源泉徴収票」が日本年金機構から老齢年金を受けている方へ郵送される予定です。確定申告の際にご利用ください。また、紛失したときは再発行できますので、藤沢年金事務所またはねんきんダイヤルにお問い合わせください。なお、障害年金・遺族年金は課税の対象ではないため、源泉徴収票の郵送はありません。
【問合せ】藤沢年金事務所 ☎0466(50)1151、ねんきんダイヤル ☎0570(05)1165

【固定資産税の賦課期日は毎年1月1日】家屋を取り壊したらご連絡を
固定資産税の賦課期日は毎年1月1日です。この日までに取り壊した家屋は、翌年度から課税されませんので、家屋を取り壊したときはご連絡ください。
【問合せ】資産税課家屋評価担当

【未登記家屋の所有者の変更は2020年1月31日(金)まで】
相続、売買、贈与等により、未登記家屋の所有者が変更になった場合は、2020年1月31日までに申出書等を提出してください。2020(令和2)年度課税より、新しい所有者の名義で課税されます。必要書類についてはお問い合わせください。
【問合せ】資産税課家屋評価担当

健康

【献血にご協力を(400ml献血)】追加実施の日程は市に掲載
【日時】2020年1月6日(月)10時～12時・13時30分～16時

【場所】さがみ農協茅ヶ崎ビル南側
【対象】17歳～69歳の男性、18歳～69歳の女性(65歳以上の方は男女とも60歳～64歳に献血をした経験がある方)で、いずれも体重50kg以上の方
【問合せ】保健所地域保健課地域保健担当 ☎(38)3314

【精神科医師によるこころの健康相談】
【日時】2020年1月8日・15日・22日いずれも水曜日14時～17時
【場所】保健所
【定員】各日3人(申込制(先着))
【申込】開催日前日までに☎で
【ほか】申込時に相談内容の聞き取りあり
【問合せ】保健所保健予防課保健対策担当 ☎(38)3315

【血糖値が高めと診断されていませんか】食事で改善 血糖コントロールの食事ポイント
【日時】2020年1月15日(水)10時～13時30分
【場所】男女共同参画推進センターいこりあ
【内容】講話と調理実習
【対象】糖尿病と診断されていない40歳～74歳の方20人(申込制(先着))
【申込】1月10日(金)までに☎または市に☎で
【ほか】費用400円(材料費)
【問合せ】保健所健康増進課健康づくり担当 ☎(38)3331

【万歩クラブ】三つの寒川神社を巡る(約12km)
【日時】2020年1月19日(日)9時～
【ほか】費用500円(入園料などは別途)。JR相模線倉見駅集合・宮山駅解散。詳細は市に☎参照
【問合せ】茅ヶ崎万歩クラブ ☎090(2497)8972石田

【慢性腎臓病の基礎知識～血圧と腎臓の深い関係】
【日時】2020年1月20日(月)13時30分～15時
【場所】保健所
【講師】窪島真吾さん(窪島医院医師)
【定員】50人(申込制(先着))
【申込】12月18日(水)～☎または市に☎で
【問合せ】保健所健康増進課健康づくり担当 ☎(38)3331

【東大のプログラムで健康チェック】楽しくフレイルチェックしませんか
【日時】2020年①1月21日(火)14時～16時②2月6日(木)14時～16時
【場所】①松林公民館②浜須賀会館
【対象】市内在住のおおむね65歳以上の方各日30人(申込制(先着))
【申込】①12月17日(火)～1月17日(金)②12月16日(月)～2月5日(水)いずれも☎で
【ほか】飲み物持参。②上履き持参
【問合せ】①松林公民館 ☎(52)1314②高齢福祉介護課支援給付担当

スポーツ

【ヨガ体験教室】
【日時】12月19日、2020年1月9日・23日、2月6日・13日・20日いずれも木曜日19時～20時
【場所】総合体育館
【対象】市内在住・在勤・在学で20歳以上の女性各日10人(申込制(先着))
【申込】開催日前日までに☎で(当日参加も可)
【ほか】大きめのバスタオル持参
【問合せ】茅ヶ崎総合型スポーツクラブYOU・悠 ☎(86)7020緒方 (4面へ続く)

広告掲載のお申し込み・お問い合わせは秘書広報課へ

介護付有料老人ホーム アマポーラ湘南 1/18(土)～1/26(日)9日間 ランチ付(無料)施設見学会開催中



ショートステイ・体験入居随時受付中! ☎0467-87-8965 茅ヶ崎市松が丘2-1-3-5 http://www.amapola-shonan.jp/

- 類型 介護付有料老人ホーム(一般型) □介護保険 神奈川県指定介護保険特定施設
□居住の権利形態 建物賃貸借方式 □居室区分 全室個室(2人部屋2室あり)
□入居時の要件 自立、要支援、要介護(原則65歳以上) □介護に関する職員体制 3:1以上
□利用料の支払い方式 一時金方式

広報紙、市ホームページの有料広告を募集

空き状況や申し込み方法などの詳細は市に☎またはお問い合わせください。

【秘書広報課広報担当】



【広報ちがさき】発行部数 約9万部 月2回発行 1枠5万円 (縦5.4cm×横12cm)
【市ホームページ(スマートフォン対応)】月アクセス数 約6万3000件(トップページ) トップページ下部バナー広告欄の他、右上バナー広告欄にランダムに表示 1枠2万円(画像は縦70ピクセル×横140ピクセル、GIF形式で4キロバイト以内)



国民健康保険・後期高齢者医療保険の被保険者のみなさんへ 令和元年度の医療費通知の送付

医療費通知の送付予定時期は次のとおりです。

Table with 3 columns: 国民健康保険, 後期高齢者医療保険, 1回目の送付, 2回目の送付. Shows the schedule for medical expense notification delivery.

医療費通知は、医療費控除を受ける際の確定申告に添付する「医療費控除の明細書」として使用できます。この通知の医療費は、診療報酬が確定していないなどの理由で、明細が記載されない場合や金額が違う場合があります。また、資格を喪失するなどの理由で通知が発行されないこともあります。このような場合は、領収書を元に医療費の明細を作成し、医療費控除の申告を行ってください。

【国民健康保険：保険年金課給付担当、後期高齢者医療保険：県後期高齢者医療広域連合 ☎0570(001)120】

