健康案内

健康づくり

こつこつ教室

「骨粗しょう症」予防のため、日常生活を振りかえってみませんか？

対 市内在住の方

※1年以内に同講座を受講の方はご遠慮下さい。

日 12月9日（水）午前10時～午後3時30分

場 健康福祉会館

内 午前＝骨密度測定・グループワーク、運動の話と実技
午後＝骨粗しょう症の病態と治療、予防食について

講 整形外科医師、健康運動指導士、栄養士、保健師

定 60人（申し込み順）

申 11月24日正午から電話で町田市コールセンター（☎724・5656）へ。

予防接種

問 健康課☎725・5178

12月のBCG予防接種のご案内

問 健康課☎725・5422

期日	会場	受付時間	対象	持ち物
1日（火）	鶴川市民センター	午前10時～11時30分	3か月～6か月未満の子ども	母子手帳 予診票
4日（金）	小山市民センター			
17日（木）	健康福祉会館	午前10時～11時30分		
		午後1時30分～3時		

お知らせ

募集

シルバーピア「もりの」・「あいはら」入居者募集

シルバーピアとは高齢者に配慮した仕様（段差解消、手すり、緊急通報等）を備え、安否の確認等を行う生活協力員が配置された住宅です。

募集戸数は、「もりの」が単身者用1DK1戸、世帯者用2DK1戸、「あいはら」が単身者用1DK1戸です。

対 以下の条件をすべて満たしている方

①市内に3年以上居住している満65歳以上の単身者で自立可能な方、または65歳以上を含む満60歳以上の2人暮らし高齢者世帯②平成20年中の所得が単身者は256万8000円以内、2人世帯は294万8000円以内③立ち退きなどで住宅に困っている方④自立して生活のできる方⑤原則として保証人のいる方

入居時期 2010年4月1日以降

申込用紙配布期間 11月24日（火）～12月3日（木）

配布場所 高齢者福祉課、各市民センター、町田駅前連絡所

※土・日曜日は町田駅前連絡所のみ配布

申 12月7日までに高齢者福祉課（☎724・2141）へ。

ひかり療育園臨時職員募集

知的・身体的に障がいをお持ちの成人の方々が通所する施設です。

募集人員 1人

勤務内容 主に利用者への生活全般の介助等

勤務場所 ひかり療育園

勤務期間 2010年1月4日～3月31日（更新可）

勤務日時 原則、月～金曜日、午前8時30分～午後5時

申 電話で11月24日～30日に町田市障がい者福祉センター「ひかり療育園」（☎794・0730）へ。

ご案内

高齢者の皆さんとその家族を応援します！ 地域包括支援センター

地域包括支援センターは、高齢者の方が住み慣れた地域で長く安心して暮らせるように、市内15か所に設置している公的機関です。

地域包括支援センターでは、①困った時の相談・支援②地域で支え合うためのネットワークづくり③元気で安心して暮らすための介護予防講座等の開催を行っています。

また、家族を介護している方を対象とした「家族介護者交流会」も定期的に行っています。介護者同士で日頃の悩みを話し合ったり情報交換するなど、お互いを支え合うことを目的に交流会は行われています。

お住まいの町によって担当が決まっています。担当地域包括支援センターの連絡先はお問い合わせ下さい。

問 高齢者福祉課☎724・2146

12月14日から 市税の電子申告が利用できます

市では（社）地方税電子化協議会の運営するエルタックス（eLTAX）による、市税の電子申告受付を開始します。

これにより、インターネットを利用した申告や届出を行うことが可能となり、直接窓口へ出向いたり、郵送する必要がなくなります。

当面は主に法人や個人の事業者が対象となります。ぜひ、ご利用下さい。

【対象となる市税は？】

▽法人市民税（各申告、法人設立・設置届、異動届）
▽個人住民税（給与支払報告書、給与所得者異動届、特別徴収義務者の所在地・名称変更届など）
▽事業所税の申告
▽固定資産税（償却資産の申告）

【利用方法は？】

電子申告を利用するためには、エルタックスのホームページ（http://www.eltax.jp/）から利用届出を行います。

①電子証明書の取得
利用届出の際に電子証明書の添付が必要です。詳細はエルタックスのホームページで確認して下さい。

②利用者IDの取得
利用届出（新規）をすると、「利用者ID」を取得できます。

※既に他の自治体へ届出済の方は利用届出（変更）を行って下さい。

③ソフトウェアの入手
申告データ作成のためのソフトウェア（PCdeskなど）が必要です。PCdeskはエルタックスのホームページから無料でダウンロードできます。

④申告方法
申告データに電子署名を付与し、電子証明書を添付のうえ、申告先の自治体を選び送信します。

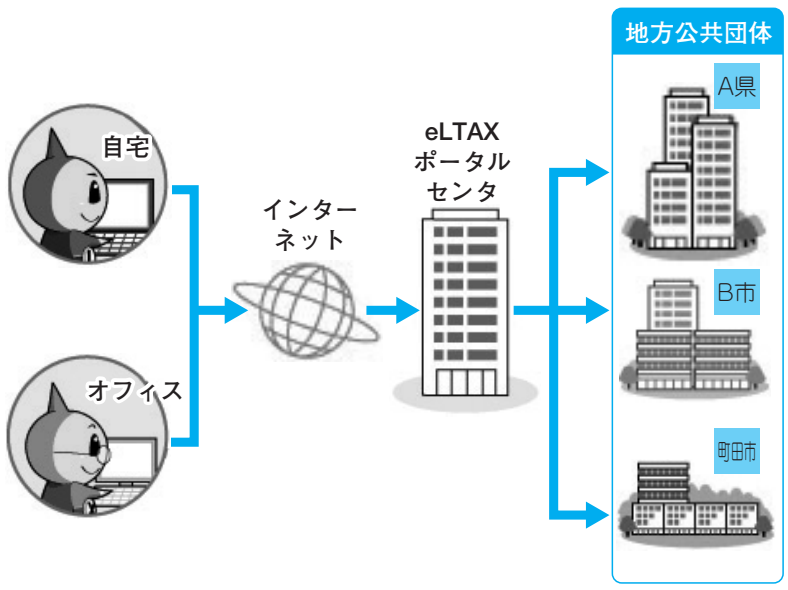
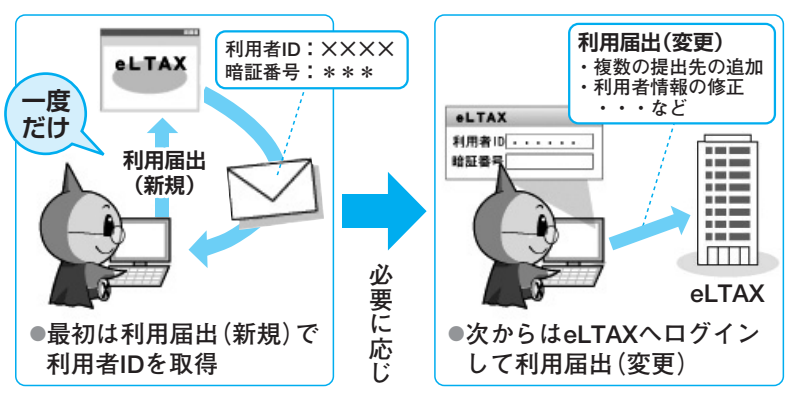
【エルタックスの問い合わせ先】

（社）地方税電子化協議会☎0570・081459、月～金曜日（祝日、12月29日～1月3日を除く）、午前8時30分～午後8時

【町田市の問い合わせ先】

▽法人市民税＝市民税課諸税証明係☎724・2113
▽個人住民税＝市民税課特別徴収係☎724・2115
▽事業所税＝資産税課家屋係☎724・2118
▽固定資産税（償却資産）＝資産税課償却資産係☎724・2119

【国税電子申告イータックスのご案内】

所得税、法人税などの国税は、イータックス（e-Tax）が利用できます。

確定申告等の際は、ぜひ、ご利用下さい。詳細は国税庁のホームページ（http://www.e-tax.nta.go.jp/）をご覧下さい。