

受付期間は2月3日(月)から3月16日(月)まで

確定申告・住民税(町道民税)申告はお早めに

問・掘 税務課 住民税係 (☎54・6604)

期間内の申告を
忘れずに

令和元年分所得税の確定申告、令和2年度分町道民税(住民税)申告の受付が始まります。

国民健康保険や後期高齢者医療保険に加入している方、またその同一世帯の方で収入が0円でも、申告がないと本来よりも高い保険税や医療費を負担する場合があります。

申告が必要な方は忘れずに申告しましょう。

申告に必要なもの

〔収入を証明するもの〕

- ・源泉徴収票(公的年金、給与)
- ・収支内訳書(農業、営業所得などの事業所得、不動産所得がある人)

※事前に作成して持参してください。

〔控除を証明するもの〕

- ▼社会保険料控除
・令和元年中に支払った国民健康保険税などの領収書や

納付証明書

・国民年金保険料控除証明書

▼生命保険料控除

・生命保険料控除証明書

▼地震保険料控除

・地震保険料控除証明書

▼障害者控除

・身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳など

▼住宅借入金等特別控除
・金融機関が発行する借入金の年末残高証明書
・家屋の登記事項証明書(敷地購入のローンがある場合は土地の登記事項証明書)
・家屋、土地の請負契約書または売買契約書のコピー(取得年月日・面積・取得価格がわかるもの)
※登記事項証明書は、令和2年1月1日以降のもの。
※増改築やバリアフリー改修工事の場合は、税務署で申告してください。

▼寄附金控除
・寄附先発行の領収書
※確定申告を行う場合は、ワンストップ特例制度が無効になりますので、「寄附金控除」を忘れずに追加してください。

▼その他必要なもの
・本人名義の振込先口座がわかるもの(預金通帳など)
※所得税が還付になる場合
・印鑑(認印で可)
・マイナンバー(個人番号)

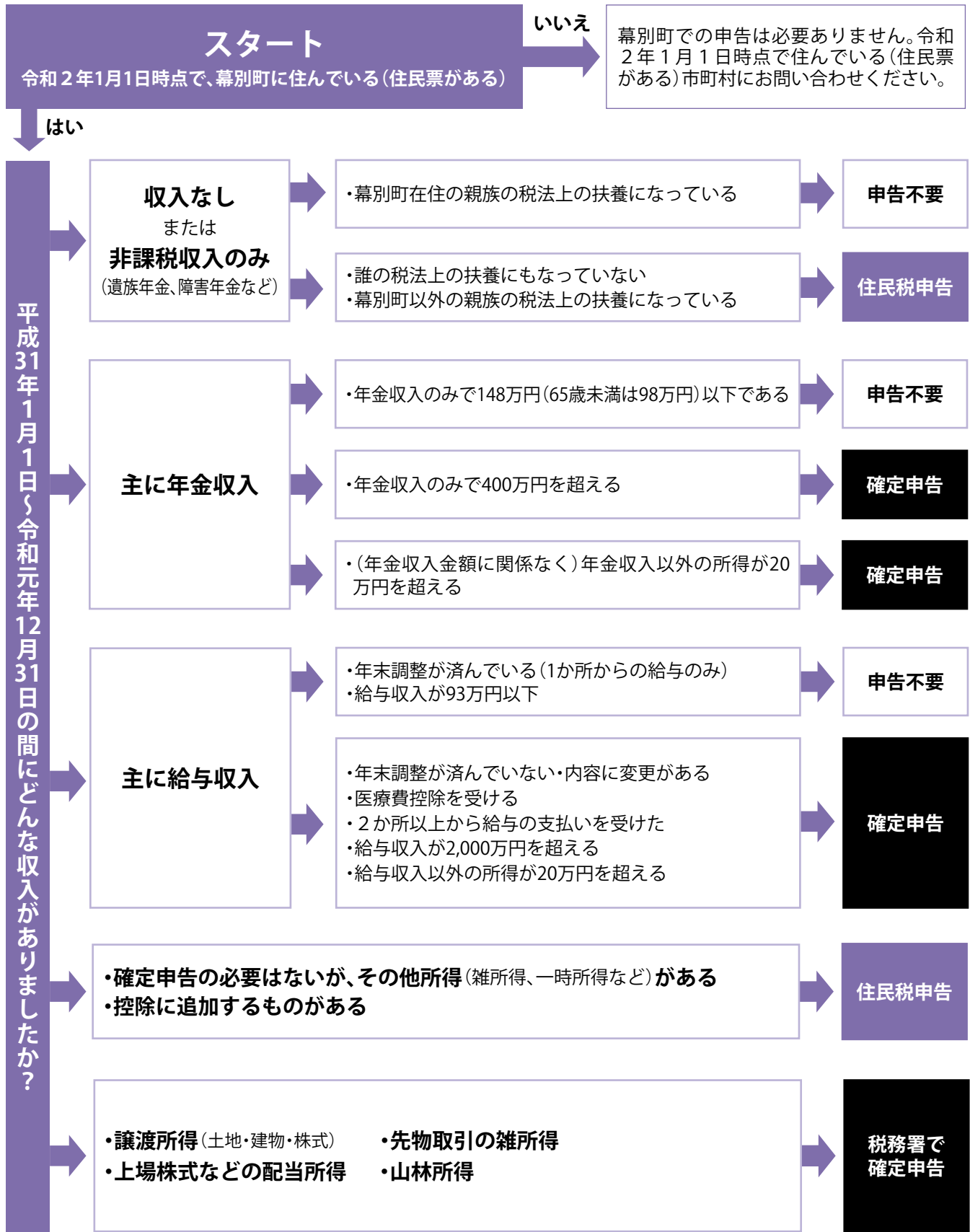
確定申告・住民税(町道民税)申告の日程表

各会場の初日は混雑が予想されます。長時間お待たせする場合がありますので時間に余裕を持って来場してください。3月16日(月)以降の申告は、確定申告は帯広税務署、住民税申告は役場税務課で受け付けます。

地区	受付期間 (土、日曜・祝日を除く)	時間	場 所
札内・幕別	2月3日(月)～2月7日(金)	午前9時～午後4時	幕別町役場 (1階ロビー)
	2月12日(水)～3月4日(水)		札内コミュニティプラザ (集会室)
	3月6日(金)		糠内コミュニティセンター
	3月9日(月)～3月16日(月)		幕別町役場 (1階ロビー)
忠類	2月3日(月)～3月16日(月)		忠類コミュニティセンター (児童室)

※医療費控除の明細書や住宅借入金等特別控除の用紙など、確定申告に必要な書類は、税務課、札内支所、忠類総合支所、糠内出張所にあります。

あなたは申告が必要？ 申告フローチャート

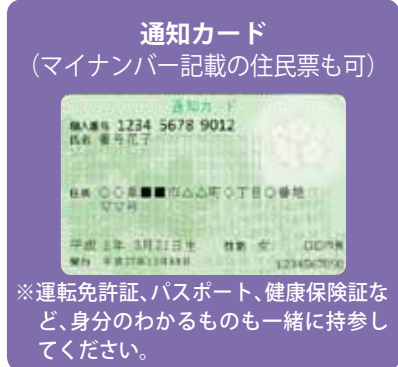


※あくまで簡易に判断する場合のフローチャートです。判断が難しい場合はお問い合わせください。

マイナンバーの確認方法



または



※運転免許証、パスポート、健康保険証など、身分のわかるものと一緒に持参してください。

「単独大腸がん検診」を実施します

多くの方に受診してもらうため、2月にも各窓口で提出できるようになりました。

- ▶実施期間 2月3日(月)～2月5日(水)、2月17日(月)～2月19日(水)
- ▶提出窓口 札内支所・役場保健課・ふれあいセンター福寿
- ▶受付時間 午前9時～午後5時まで(札内支所は水曜日のみ午後7時まで受付)
- ▶対象者 40歳以上の町民
- ▶自己負担 40～69歳:400円 70歳以上:100円
- ▶予約先 保健課健康推進係(☎0155-54-3811)
✉kenkou@town.makubetsu.lg.jp(QRコードからも送信可能)



予約する

「単独大腸がん検診」と電話またはメールでお伝えください。



物品が届く

提出日から5日以内の便(2日分)を採取してください。



窓口を持参

当日の持ち物
・問診票などの送付書類
・便の検体
・無料クーポン券(対象の方)

1か月後 自宅に結果が届く



※年度末時点で40歳になる方には「無料クーポン券」を送付しています。今回の検診が、無料クーポン券を使える最後の検診となりますので、ぜひこの機会に受診してください！

保健課健康推進係(☎0155-54-3811)

土木職・保育士職 職員採用資格試験

(社会人枠 令和2年4月採用予定)

◆採用予定人数

土木職1人、保育士職2人

◆受験資格

- ①昭和54年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた方。
- ②令和元年12月1日時点で、直近2年中に職務経歴年数(土木職受験者は土木系職場、保育士職受験者は保育系職場に限る)が通算して12か月以上(会社員・団体職員・自営業者・公務員・派遣職員・契約社員として、週30時間以上勤務した期間が通算12か月以上)ある方。

※試験合格後に職歴証明書を提出していただきます。

- ③学校教育法による高等学校、短期大学(高等専門学校、専修学校及び各種学校(2年制以上に限る。))を含む。)、大学で土木職受験者は土木系学科、保育士職受験者は保育系学科を卒業した方。

- ④【保育士職】保育士および幼稚園教諭の両資格を取得、または令和2年3月末日までに取得見込みの方。

- ⑤普通自動車運転免許を取得、または令和2年3月末日までに取得見込みの方。

- ⑥日本国籍を有し、地方公務員法第16条の各号に該当しない方。

◆試験方法 適性検査、面接試験

※適性検査は主に性格特徴、意欲態度、ストレス傾向に関する検査を行います。

◆試験日・場所 2月15日(土) 幕別町役場

◆合格から採用まで

適性検査、面接試験の結果をもとに合格者を決定します。試験合格者は、後日行う健康診断などにより採否を決定します。

◆申込書の入手方法

- ①総務課に直接または郵便で請求できます。郵便で請求する場合は、封筒の表に「試験申込書請求(社会人枠)」と朱書きし、あて先を明記して120円切手を貼った返信用封筒(A4用紙が折らずに入るもの)を同封してください。

- ②町ホームページから様式をプリントアウトできます。A4用紙に両面印刷してください。

(トップページ>特別なお知らせ>令和元年度職員採用資格試験(令和2年4月採用予定))

◆申込書受付期間

1月6日(月)～28日(水) ※当日消印有効

問・申 総務課総務係

(〒089-0692幕別町本町130番地1 ☎0154-6608)

ハタチからの『がん検診』 大人になったあなたが、未来の自分にできること

保健課健康推進係(☎0155-54-3811)

子宮頸がんってどんな病気？

子宮頸がんは子宮の入り口付近にできる「がん」です。20歳代～30歳代の若い女性に増えています。初期症状がほとんどなく、自分で気づきにくい病気です。

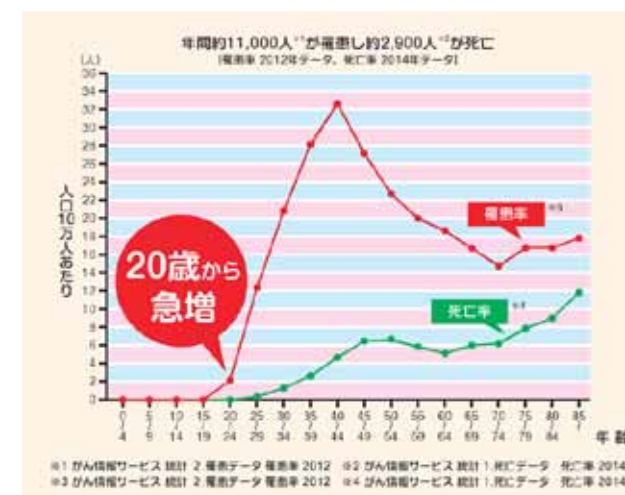
どうして子宮頸がんになるの？

HPV(ヒトパピローマウイルス)という、性交渉で感染するウイルスが主な原因です。性交渉のある女性なら、誰でも感染している可能性があります。

子宮頸がんは早期発見で 完治できる

定期的に子宮頸がん検診を受けることで、「がん」になる以前の「前がん状態」で発見することができます。

早期発見なら、子宮を取らない治療で完治が可能で、妊娠・出産ができます。



▲子宮頸がん年齢別の罹患率

検診を受けましょう



子宮頸がん検診の流れ

- ①問診票記入
問診票に、初潮の年齢、月経の様子、妊娠・出産歴、自覚症状等を記入。
- ②問診
診察室で問診票を元に、医師からの質問に答えます。
- ③細胞診
診察台に座り、やわらかいブラシで子宮頸部を拭い、細胞を採取します。
- ④検査終了
検査結果が後日自宅に届きます。

町では年度末時点の年齢が偶数のの方に検診料金の助成をしています。2年に1回、助成対象となる年齢で検診を受けましょう！

通常6,000円相当の検査が…

自己負担

20～68歳 2,100円
70歳以上 700円



今年度20歳・24歳になる方には「無料クーポン券」を送付しています。
有効期限が令和2年3月31日までなので、まだ受診していない方は、この機会に検診を受けましょう。

指定医療機関	電話番号等	
帯広協会病院	要予約	☎0122-6600
帯広厚生病院	予約不要 直接受診	月曜～金曜 ※火曜は午前のみ (受付時間 午前8時～午前11時/午後1時30分～午後2時30分)
帯広レディースクリニック	要予約	☎0122-3773
慶愛女性クリニック	予約不要 直接受診	月曜～金曜 (受付時間 午前8時30分～午前11時/午後1時30分～午後4時)
慶愛病院	予約不要 直接受診	月曜～土曜 ※火・木・土曜は午前のみ (受付時間 午前8時30分～午前11時/午後1時30分～午後4時)
坂野産科婦人科	要予約	☎0126-1188

12月30日⑨～1月5日⑩ 水道凍結などの修理業者当番表

12月30日⑨～1月5日⑩の間に自宅内で「水道管が凍った」、「トイレの水が流れない」などの水道トラブルが起きた場合は、当番日の業者にご相談ください。

地区	当番日	会社名	当番日	会社名
幕別・札内	12月30日⑨	(有)幕別設備工業(☎54-2909)	1月3日⑩	一成技建(株)(☎56-7881)
	12月31日⑩	(有)原工業(☎54-2235)	1月4日⑪	(有)菅設備(☎56-3026)
	1月1日⑪	(株)笹原商産(☎54-2610)	1月5日⑫	(有)錦産業(☎56-4410)
	1月2日⑫	大東工業(株)(☎56-2469)	※1月6日以降は町指定の業者にご連絡ください。 ☎水道課水道係(☎54-6624)	
忠類	12月30日⑨～1月5日⑫	(有)森本商会(☎8-2039)		

みなさんの意見を募集します

①まち・ひと・しごと創生総合戦略(案) ②人口ビジョン(案)

人口減少対策に係る今後5年間の目標や施策の基本的な方向、具体的な施策をまとめた「幕別町まち・ひと・しごと創生総合戦略」(案)と、町の人口の現状と将来の展望を提示する「幕別町人口ビジョン」(案)に対するご意見を募集します。

◆資料の閲覧場所

役場1階ロビー、忠類総合支所1階ロビー、糠内出張所、札内コミュニティプラザ、町ホームページ

◆意見の募集期間 1月10日⑫～2月10日⑬

◆意見を提出できる方

町内に住所を有している方、町内に通勤または通学している方、町内に事務所または事業所を有する方、パブリックコメント(住民意見募集)手続きに関する事案に利害関係を有する方

◆問い合わせ・提出先

政策推進課(☎089-0692幕別町本町130番地1、☎54-6610 ☎54-3727 ✉seisakusuishinka@town.makubetsu.lg.jp)

◆意見の提出方法

資料の閲覧場所に備え付けの「意見の提出書」または、意見を記入した用紙(様式は問いません)に、計画の名称、住所、氏名、電話番号を記載して持参、郵送、FAX、電子メールで提出してください。

◆注意事項

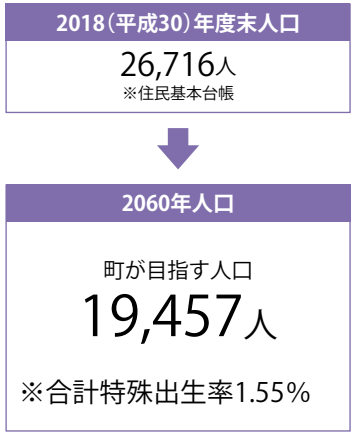
- ①障がいなどの理由により文書による提出が困難な場合以外は、電話や口頭による意見は受付できません。
- ②提出された意見は、内容を整理し、意見に対する町の考え方を広報紙等で公表します。なお、提出時に記載された住所、氏名については公表しません。
- ③意見に対する個別の回答は行いません。また、意見を求める内容と直接関係のない意見と判断できるようなものについては、意見として取り扱いませんのでご了承ください。

①まち・ひと・しごと創生総合戦略(案)概要

目指すべき将来の実現に向けて令和2年度～6年度の5年間に取り組むことを示しています。

【基本目標4】 安全・安心で快適な暮らし ができるまちをつくる	【基本目標3】 結婚・出産・子育ての 希望をかなえる	【基本目標2】 十勝・幕別への 人の流れをつくる	【基本目標1】 産業の振興と雇用の 場をつくる
●生活支援の連携体制の強化 ●障がい者の自立支援 ●住民活動への参加の促進 ●公共施設等の適切な維持管理	●魅力ある教育環境の整備 ●次代の郷土を担う子供たちへの支援 ●結婚の希望に応える支援 ●出産希望者に対する支援 ●子育て世代の負担軽減及び支援	●移住・定住対策の推進 ●都市部との関係人口の創出・拡大 ●スポーツ合宿・大会誘致の推進 ●ブランド戦略やシニアプロモーションの推進	●農業・自営業の後継者および新規就業者の確保・支援 ●農業の生産性の向上と経営の安定化 ●6次産業化と地産地消の推進 ●既存事業者と進出企業等に対する支援

②人口ビジョン(案)概要



野菜を毎日とり入れて、 より健康なからだ作りを！

☎保健課健康推進係(☎54-3811)
保健福祉課保健係(☎8-2910)



イ〜ンカおじさん

じつは、幕別町は「肥満の割合が高く、野菜不足の町民が多い」現状があるんです。

肥満の改善には
“野菜”がおすすめよ♪



ゆりんちゃん

“野菜”は少ないエネルギー量で満腹感を得られ、食べ過ぎを防ぐことから、肥満の改善に有効です。ほかに多くの効能があり、私たちのからだを健康にしてくれます。

【野菜の効能】

- 免疫力を高める
風邪などの病気にかかりにくくします。
- 抗酸化力を高める
老化を遅らせて動脈硬化を予防します。
- 生活習慣病予防
血糖の上昇を緩やかにしたり、血液をさらさらに改善します。
- がんのリスクを低下
●便通をよくする
●ストレスを和らげる
●肌の状態をよくする
●視力機能の維持など…



スターレおくさん

“野菜”は毎日食べる必要があるので、無理なく続けることが大切です。

“野菜”には、私たちのからだに必要な栄養(ビタミン・ミネラル・食物繊維など)が含まれます。これらの栄養は、私たちの体内で作り出すことも貯えることもできないため、毎日の食事でごまめにとり入れる必要があります。

みんなで健康になろう！ 「野菜摂取量アップ事業」のご紹介

幕別町では、健康なからだ作りを大切にする町民を増やせるよう、一人ひとりが野菜摂取量アップに取り組めることをめざし、「野菜摂取量アップ事業」をスタートします。

主な内容として、広報紙やホームページでのレシピ紹介、健康講座の開催、イベントでのPR事業等を実施します。

大事にしていきたいのは、幕別町の基幹産業である「農業」。
人参・レタス・ゆり根・ごぼう・いも類など生産者の努力と愛情のもとで育つ農作物は、おいしく、安心して食べられます。地元でとれた新鮮で安心な農作物をその土地で食べる「地産地消」もおすすめです。

幕別のおいしい野菜を食べて、みなさんに元気になってもらいたいです！
これからたくさんPRしていきますね



▶次月テーマ「どのくらい食べたらいいの？1日の野菜摂取目安量について」

[illegible]

テーマ

暴風雪に備える

もしも、に備えよう

防災ナビ

防災環境課
防災危機管理係
(☎54-6601)

暴風雪がもたらす危険について知っておこう！

北海道では、暴風雪災害が繰り返し発生しています。

暴風雪に関する気象警報が発表されたときは、不要不急の外出をしないことが身の安全を守る最善の対策となります。暴風雪から身を守るための対策を日頃から理解し、いざというときに備えましょう。

家の中の対策

◎家の中でも暴風雪対策が必要です。

- ・一酸化炭素中毒防止のため、F F 式暖房機の給排気口付近の積雪状況を確認して、雪で埋まらないように気をつける。
- ・停電に備えて、懐中電灯、携帯ラジオ、防寒具、ポータブルストーブなどを準備する。
(ポータブルストーブやカセットコンロを使用する際は、30分に1度は換気が必要)
- ・外出できない場合に備えて、食料や飲料水、常時服用している薬などを準備しておく。

車での外出時の対策(車内対策)

◎やむを得ず外出する場合は、万が一のための備えが必要です。 防寒具、食料、スコップなどを準備しましょう。

- ・外出時は、必ず携帯電話やスマートフォンを持っていく。
- ・暴風雪によってホワイトアウトが発生したら、おさまるまで車内で待つ。
→方向感覚を失い、道に迷う危険性があります。
- ・運転中に、地吹雪などにより危険を感じた場合は、道の駅やコンビニ、ガソリンスタンドなどで停車し、天気のを復を待つ。
- ・吹きだまりに閉じ込められた場合などは、エンジンを止めて、防寒具などで体を保温しながら、消防(119番)や警察(110番)に連絡して救助を待つ。
→マフラーが雪に埋まると、一酸化炭素中毒により命に危険が及ぶ
- ・冬期間は、燃料をこまめに入れ、十分な量に保つ。

除雪時などの被害防止

◎屋根の雪下ろし中や落氷雪での死傷事故が多発しています。

《雪下ろしでの注意》

- ・作業は複数で行う
- ・靴やハシゴには滑り止めをつける
- ・命綱をつける
- ・通行人や子供など、周囲にも注意を払う

《除雪機の使用に関する注意事項》

- ・機械に巻き込まれない服装をする
- ・雪詰まり等のトラブルではエンジン停止
- ・こまめに機械の点検を行う
- ・通行人や子供など、周囲にも注意を払う

◆◆防災情報メール◆◆

携帯電話／スマートフォンでQRコードを読み取るか、下記アドレスまで空メールを送信し、最新の防災情報を入手しましょう。

☒ touroku.makubetsu-town@raiden.ktaiwork.jp