

「市・県民税」申告相談のお知らせ

平成26年度市・県民税の申告時期が近づいてきました。市・県民税の申告は、あなたの市民税と県民税を計算するための基礎資料となります。また、国民健康保険の税額や各種手当て・行政サービスの負担額等の大切な判定資料となるため、収入がない人でも申告が必要な方は、必ず申告してください。

申告がスムーズに行えるよう関係書類の準備をお願いします。

受付期間／1月27日(月)～3月17日(月)

所得税・贈与税の申告と納税は 3月17日(月)まで
消費税・地方消費税の申告・納付は 3月31日(月)まで
国民健康保険税の申告は 4月15日(火)まで

1. 申告が必要な方

- ◆平成26年1月1日現在、つがる市に住所を有している方
(住民登録の有無にかかわらず、現に居住している方)
- ◆営業、農業等事業を営んでいる方、または地代(小作料)、家賃等その他の収入がある方
※収入があれば、所得がゼロやマイナスの場合でも申告が必要です。
※譲渡所得があった方で、税務署への確定申告が不要になった方でも市・県民税の申告は必要です。
- ◆給与所得者で給与以外に収入がある方、または2カ所以上の支払者から給与をもらった方
- ◆勤務先からつがる市に給与支払報告書が提出されない方(あなたの給与支払報告書がつがる市に提出されているかどうかは、給与支払者にご確認ください)
- ◆収入のない方でも、次のような方は申告してください。
 - ①国民健康保険に加入している方
 - ②他の市町村に住んでいる人の扶養になっている方(扶養している方の氏名、住所等をお知らせください)

2. 申告する必要のない方

- ◆平成25年分の所得税の確定申告書(青色申告等)を税務署に提出される方
- ◆給与所得者で毎月の給与から市・県民税を差し引かれ、他に収入がない方
- ◆公的年金等の収入のみの方で、支払者からつがる市に公的年金等支払報告書が提出されていて、医療費控除等の各種控除を受けない方、または、税務署へ確定申告書を提出する必要のない方

3. 申告をしなければならない方が申告をしない場合

- ◆国民健康保険税の軽減措置(7割・5割・2割)がされない場合があります。
- ◆所得等に関する証明書(所得証明・課税証明等)が発行されません。

申告相談には次のものをご持参ください

- 印鑑(認め印で可)
- 収入・経費等の分かる書類
 - ▶営業等・・・「収支内訳書」と売上、仕入・必要経費等所得が計算できる資料
 - ▶農業・・・「収支内訳書」と出荷証明書等収入の分かるもの、必要経費となる領収書等
 - ▶不動産・・・「収支内訳書」と地代・家賃等収入の分かるもの、必要経費となる領収書等
 - ▶給与・・・源泉徴収票
 - ▶一時・・・生命保険金等の受取に係る証明書等
 - ▶譲渡・・・売買契約書、特別控除を適用するための証明書等
- 社会保険料控除(国民年金の証明書、国保税・介護保険料等の領収書)
- 生命保険、地震保険、個人年金、介護医療等の保険料控除証明書
- 医療費控除(医療費等の領収書→総額を計算してきてください)
- 身体障害者等の手帳
- その他必要と思われる各種証明書
- 所得税の還付を受ける場合は、本人の金融機関名および口座番号の分かるもの
- 所得税の振替納税希望の方は、本人の金融機関名および口座番号の分かるものと通帳の届出印

平成26年度からの市民税・県民税(住民税)の主な変更点

1. 均等割の税率の特例(平成26年度から平成35年度まで)

東日本大震災を踏まえて、県および市が実施する防災のための施策に要する費用の財源を確保する目的で、平成26年度から平成35年度までの期間に限り、市民税と県民税の均等割額にそれぞれ500円が加算されます。

	平成25年度まで	平成26年度～平成35年度
市民税の均等割額(年額)	3,000円	3,500円
県民税の均等割額(年額)	1,000円	1,500円

2. 給与所得控除の上限設定

給与収入金額が1,500万円を超える場合の給与所得控除について、245万円の上限を設けることとされました。

3. 給与所得者の特定支出控除の見直し

弁護士、公認会計士、税理士などの資格取得費や勤務必要経費【※給与等支払者の証明が必要。上限65万円】が特定支出に追加されました。

≪特定支出控除の適用判定・計算方法≫※給与収入金額が1,500万円以下の場合
(給与収入金額)-(給与所得控除額)-(特定支出の額の合計-給与所得控除額×1/2)=給与所得金額

4. 「ふるさと寄附金」税額控除の見直し

平成25年分所得税から復興特別所得税(所得税額の2.1%相当額)が課税されることに伴い、所得税で寄附金控除の適用を受けた場合には「ふるさと寄附金」に係る個人住民税の特例控除額について復興特別所得税の軽減分だけ調整され控除額が減額されます。

【問い合わせ先】 税務課 電話 42-2111 (内線212・214・216)

申告相談日程表

受付時間：8時45分から17時まで(正午から13時までを除きます)

車力地区【会場：車力出張所】

月	火	水	木	金
1/27	1/28	1/29	1/30	1/31
車力町	牛瀧町	下車力町・下牛瀧町・豊富町	富港町	

稲垣地区【会場：稲垣公民館】

月	火	水	木	金
2/3	2/4	2/5	2/6	2/7
千年・再賀・沖善津 吉出・語利・沼館	沼崎・元増・福富 中派立・前村・下派立	野田・楽田・鶴見里 細沼・穂積・野末	家調・繁港・繁田 船越・下繁田	

柏・森田・木造地区【会場：松の館2階 視聴覚室】

月	火	水	木	金
2/10	2/11	2/12	2/13	2/14
【柏地区】 藤岡・玉水 末吉・沖港・広須		【柏地区】 鷺坂・下古川・稲盛	【柏地区】 上古川・八重崎・岩木 第二岩木・幾世・小和巻 鶴野・小中野	【柏地区】 上派立・姥島・下町
2/17	2/18	2/19	2/20	2/21
【森田地区】 相野	【森田地区】 勝山・大館・森田	【森田地区】 床舞・山田・猫淵	【森田地区】 中田・漆館・吉野 つきみの団地・月見野丘団地 第二月見野丘団地	【川除地区】 成田団地・芦沼・蓮川 秋桜団地・川除・芦屋
2/24	2/25	2/26	2/27	2/28
【川除・出精地区】 豊田・今市・立花 出野里・芦部岡	【出精地区】 兼館・石館・善積 堅固・出崎・夕日岡	【出精地区】 土滝・永田・蓮花田 加納・小田原	【出精地区】 東林・西林 大畑・生田	【柴田地区】 里見・桜井・柴田 町居田・濁川・中の林 中館・細川・浦船団地
3/3	3/4	3/5	3/6	3/7
【柴田地区】 近野・平野・菊川 十文字・福原 遠山・千代田	【館岡地区】 菰槌・大湯町・亀ヶ岡	【館岡地区】 館岡・筒木坂・平滝	【越水地区】 吉見・下福原・三ッ館 広岡・あざみ岡 駒田・越水	【越水・出来島地区】 吹原・南広森 丸山・出来島
3/10	3/11	3/12	3/13	3/14
【旧 町】 有楽町・港中・浮巢	【旧 町】 上町・松原	【旧 町】 蓮沼・赤根	【旧 町】 田町・桜木団地 若緑団地	【旧 町】 横町・清水
3/17				
【旧 町】 千代町・吉岡・下木造				

申告は期限内に済ませましょう

平日の相談が困難な方へ

(お勤めなどで休みが取れない方)

3月2日(日)に松の館で受付します。

※午前中は混雑が予想されますので、時間に余裕をもってお越しください。

※申告がスムーズに行えるよう地区毎に日程を定めていますので、なるべく割り当てられた期日にお越しください。

【申告期間中の問い合わせ先】

・車力出張所 電話56-2111 (1月27日～30日)

・稲垣公民館 電話46-2156 (2月3日～6日)

・松の館 電話49-1192 (2月10日～3月17日)

※3月18日以降は下記にお問い合わせください。

【問い合わせ先】

税務課 電話 42-2111 (内線212・214・216)

4月1日より稲垣出張所が稲垣公民館に移転します

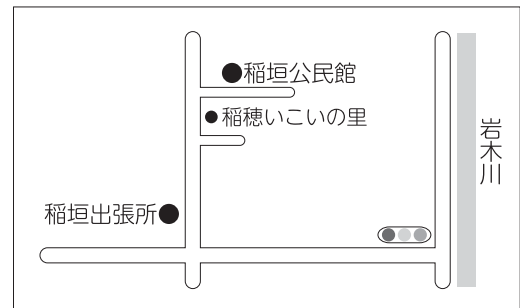
稲垣出張所庁舎の老朽化に伴い、平成26年4月1日より稲垣出張所を稲垣公民館事務室に移転し、出張所業務を継続して行うことになりました。

公民館業務である図書貸出、施設使用については、4月1日より稲垣出張所（稲垣公民館事務室）で受付します。

移転先 住所 〒037-0104 つがる市稲垣町豊川宮川31-1
電話0173-46-2111 **FAX** 0173-46-2865

※電話・ファクス番号に変更はありません。

【問い合わせ先】 稲垣出張所 電話46-2111



稲垣公民館より お知らせ

●稲垣出張所移転工事に伴い、下記の期間休館します。

休館期間 3月19日(水)～31日(月)

●4月1日より稲垣公民館の電話・ファクス番号は廃止し、下記のとおりとなります。(稲垣出張所と同じ)

電話0173-46-2111 **FAX**0173-46-2865

ご不便をおかけしますがご理解とご協力をお願いします。

【問い合わせ先】 稲垣公民館 電話46-2156

要介護認定者に対する所得税、市・県民税の障害者控除について(税申告用)

障害者手帳等の交付を受けていない65歳以上の方で、要介護・要支援の判定を受けていて次の要件にあてはまる場合は、所得税や市・県民税の申告の際に障害者控除対象者認定書を添付することで障害者控除が受けられます。

控除対象は被保険者本人、または被保険者を扶養控除対象としている親族です。

障害者控除対象者認定書の交付申請は市役所介護課で受け付けし、郵送による交付となりますので、確定申告を行う前に申請してください。なお、平成25年7月～9月に介護サービス等を利用した方には、1月中旬に送付される介護給付費通知書に申請書を同封しています。

障害者控除の対象となる要件		障害者控除の区分	所得控除額 所得税	所得控除額 市・県民税
●要介護1～3の高齢者 ●要支援1～2の認知症高齢者で、日常生活自立度Ⅱa～Ⅲbの方		障害者控除	27万円	26万円
●要介護4～5の高齢者 ●要支援1～2または要介護1～3の認知症高齢者で、日常生活自立度Ⅳ～Ⅴの方		特別障害者控除	40万円	30万円
注意点	- 対象となるのは平成25年12月31日（死亡者は死亡日）を基準として、それ以前に6カ月以上の介護認定期間があった方です。平成25年7月1日以降に初めて認定された方は、翌年からの適用となります。 - 障害者手帳を交付されていて障害者控除の対象となる方でも、介護度が4～5など要件を満たしていれば特別障害者控除の申請が可能です。 - 対象者の日常生活支援度については、市役所介護課へお問い合わせください。			
申請手続き	- 事前に介護保険被保険者証（オレンジ色）により介護度を確認してください。 - 認め印をご持参のうえ、市役所介護課へお越しください。			
認定書の交付	- 申請された内容について審査したうえで郵送により認定書を送付します。 - 被保険者一人につき一通のみの交付となります。			

【問い合わせ先】 介護課 電話42-2111（内線231）

「子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン対象者」へお知らせ

下記の特定の年齢の方に対して、「がん検診無料クーポン券」を送付しています。

がんの早期発見と自らの健康状況を知るために、まだ受診されていない方は、ぜひ受診されるようお勧めします。再発行を希望される方は、有効期限内であれば再発行いたします。

つがる市総合(集団)健診にて、子宮頸がん・乳がん検診を受診された方は「受診済み」となります。

◆有効期限 平成26年2月28日(金)

対象年齢 (生年月日)	子宮頸がん	乳がん
	平成 4年4月2日～平成 5年4月1日	昭和47年4月2日～昭和48年4月1日
	昭和62年4月2日～昭和63年4月1日	昭和42年4月2日～昭和43年4月1日
	昭和57年4月2日～昭和58年4月1日	昭和37年4月2日～昭和38年4月1日
	昭和52年4月2日～昭和53年4月1日	昭和32年4月2日～昭和33年4月1日
	昭和47年4月2日～昭和48年4月1日	昭和27年4月2日～昭和28年4月1日

◆指定検診機関 五所川原市、弘前市内の指定医療機関

※同封のがん検診手帳「つがる市指定検診機関名簿」でご確認ください。

【問い合わせ先】健康推進課 電話42-2111(内線307)



健康万歩計は、西北五医師会が、皆さんが健康で元気に過ごすための必要な情報を提供し、ドクターからのアドバイスを紹介するコーナーです。

今月のドクター

平川 均 先生

(桂整形外科医院・副院長)



寝たきりを防ぐために：骨粗鬆症について

骨粗鬆症(こつそしょうしょう)は、骨強度が低下して、骨折しやすくなる骨の病気です。粗は「あらひ」という意味、鬆は「す」とも読みます。つまり「す」の入った大根のように内部があらくなった状態をさします。

診断には骨密度の測定、背骨(胸椎、腰椎)のレントゲン検査、採血を行います。骨密度は30歳ころピークに達し、年をとるごとに少しずつ減少していくので、骨密度の減少自体は生理的な現象ともいえます。骨密度が正常値の70%未満、レントゲン検査で骨のむろさや骨折所見の有無を参考に診断します。骨のむろい人の場合、本人が自覚していない間に骨折を起こす場合もありレントゲン検査は必要です。骨密度が正常値の70～80%程度でもレントゲン検査で骨のむろさや骨折を認める場合があり、骨粗鬆症と診断します。

骨粗鬆症は圧倒的に女性に多い病気です。閉経を迎える50歳前後から骨量が急激に減少し、60歳代では2人に1人、70歳以上になると10人に7人が骨粗鬆症といわれています。これは、女性ホルモン(エストロゲン)が骨の新陳代謝にかかわっているからです。

骨量が減っても最初は無症状ですが、骨折を起こしてから問題になります。背骨や手首、股関節周辺の骨折が多く、背骨や股関節周辺の骨折は寝たきりの原因になり、高齢化社会で大きな問題となっています。

骨折の場合、「ころぶ」などの原因があると思いがちですが、60歳以降の骨粗鬆症の方の中には、

通常の生活で生じた腰痛や股関節痛なのに、レントゲン検査で骨折を認める場合があります。

また、骨粗鬆症の骨折の場合、初診時のレントゲン検査で骨折がはっきりしない場合があります。なかなか治らない腰痛や背中の痛み、股関節周辺の痛みで徐々に歩けないなど、症状が改善しない場合、後日再検査をして診断される場合もあり注意を要します。

骨粗鬆症と診断された場合、薬が治療の中心になりますが、骨粗鬆症の発病には、加齢や閉経以外にも食事や運動の習慣などが関係しており、予防が重要です。食事ではカルシウム、ビタミンD、ビタミンKなどをとることが大切です。

カルシウムを多く含む食品：牛乳、乳製品、小魚、干しエビ、小松菜、チンゲン菜、大豆製品など

ビタミンDを多く含む食品：シイタケ、サケ、ウナギ、サンマ、メカジキ、イサキ、カレイ、キクラゲなど(また、ビタミンDは食事からだけではなく、日光浴により皮膚でも作られます。特に外出が少ない冬は食事からの摂取が重要です。)

ビタミンKを多く含む食品：納豆、ほうれん草、小松菜、ニラ、ブロッコリー、サニーレタス、キャベツなど

骨を丈夫にするためには、散歩やゲートボールなどの軽い運動、こまめに家事をするなど、活動的な習慣を取り入れることも大切です。骨折で寝たきりにならないために、まずは市町村の骨粗鬆症検診や医療機関を受診して骨のチェックをしてみたいかがでしょうか。