

税金

納税相談・収納業務の時間延長

☎ 三戸町役場 税務課 ☎ 20-1118

- 日時 2月28日(水)、29日(木) 午後5時～午後7時
- 場所 三戸町役場1階 税務課
- ・税金を未納のままにしておくと、差し押さえなどの滞納処分を受けることがあります。納税が困難な時は、お早めにご相談ください。

便利な振替納税をしましょう

町税は口座振替(通帳自動引き落とし)ができます。通帳とお届け印をお持ちいただければ、すぐに手続きできますので、役場税務課、または各金融機関窓口へお問い合わせください。

納期のお知らせ

- 2月29日(木)は、国民健康保険税8期の納期限です。納期内に納めましょう。
- ・納期限を過ぎると、法令に基づき督促手数料や延滞金が課せられる場合があります。まだ納付していない税金がありましたら、お早めに納付してください。

町税の口座振替をご利用の皆さまへ

Q. 確定申告で国民健康保険税額を記入する場合は？
A. 各税の納期限日に自動引落としされていますので、預貯金通帳にてご確認ください。(残高不足などにより引落としできなかった場合は、口座振替不能通知書と納付書を送付しています。)

Q. 確定申告で国民健康保険税額を記入する場合は？
A. 通帳をご確認のうえ、令和5年中に引落としとなった国民健康保険税の納税額を社会保険料控除額として計上してください。なお、通帳繰越などにより納めた額がわからない際は、ご自宅へ「納付確認書」(年間の国保税納税額がわかる書類)を無料で郵送しますので、役場税務課までご連絡ください。また、納税者ご本人が役場税務課窓口で申請し、受け取ることもできます。(※申請時に運転免許証など本人確認できるものが必要です。)

相談

相続登記について

☎ 青森県司法書士会 ☎ 017-776-8398

司法書士会では、毎年2月を「相続登記はお済みですか月間」と定めており、相続登記に関する無料相談会を実施しています。

- 相談期間 2月1日～29日(土・日・祝日除く)
- 相談場所 県内の各司法書士事務所
※事前に各司法書士事務所へご相談の予約をお願いします。
- 費用 初回相談無料

情報 掲示板

お知らせ

能登半島地震災害義援金について

☎ 日本赤十字社青森県支部 三戸町分区分 ☎ 20-1151

令和6年1月1日に能登地方で発生した地震により被害に遭われた方々への義援金を募集するため、町内3カ所に募金箱を設置します。皆さまからご協力いただいた義援金は、日本赤十字社からの災害義援金として被災者の支援金に役立てられます。

- 設置場所 役場1階会計課窓口前、斗川支所、猿辺支所
- 受付時間 8時15分から17時まで(土・日・祝日を除く)
- 募集期間 令和6年12月27日(金)まで
※役場職員がご自宅に義援金のお願いに伺ったり、電話でお願いしたりすることはありません。詐欺などには十分ご注意ください。

お願い

取り壊し家屋の届け出について

☎ 三戸町役場 税務課 ☎ 0179-20-1118

町内に所有する家屋(居宅や小屋など)を取り壊した場合は、取り壊しの届け出をする必要があります。取り壊しをした所有者は、役場税務課に届け出をお願いします。

- 届け出をしていない取り壊し家屋すべてが対象です。(登記のある家屋で、すでに滅失登記をされている場合、提出の必要はありません。)
- 届け出の用紙は役場税務課にあります。
- 代理の人が届け出をすることもできます。
- 取り壊し日が確認できる書類などがある場合は、届出書に添付してください。

お知らせ

アプリでごみの分け方・出し方をご案内します

☎ 三戸町役場 住民福祉課 ☎ 20-1151

スマートフォン向けアプリ「さんあ〜る」で、ごみ収集や分別の情報発信を行っています。スマートフォンを持っている人はぜひダウンロードし、ご活用ください。

アプリのインストールはこちらから



▲ Apple Store



▲ Google Play

お知らせ

「障害者控除対象者認定書」を交付します

☎ 三戸町役場 健康推進課 ☎ 20-1153

障害者手帳などの交付を受けていない65歳以上の要介護認定者で、障害者に準ずると認められる人に「障害者控除対象者認定書」を交付します。

この認定書により、確定申告や町県民税の申告をする際、「障害者控除対象者認定書」を添付または提示することにより、障害者控除を受けることができます。

■対象者

町内に住所があり、身体障害者手帳、愛護手帳、精神障害者福祉手帳を持っていない65歳以上の要介護認定者で、本人または扶養者が所得税や町県民税の申告をする人

【障害者控除対象者の認定基準】

①障害者

要介護1～3の認定を受けている人

②特別障害者

- ・ 要介護1～3の認定を受けている人であって、主治医意見書または認定調査票に記載されている障害高齢者の日常生活自立度がB1以上または認知症高齢者の日常生活自立度がⅢa以上の人
- ・ 要介護4・5の認定を受けている人

■申請書

三戸町役場健康推進課（保健センター）または町ホームページでのダウンロード

■持ち物

- ・ 申告する人の身分証明書
- ・ 対象者の介護保険被保険者証

■認定書の交付

認定書は、申請者に郵送します。

※認定まで1週間程度を要しますので、余裕をもって申請くださるようお願いします。

お知らせ

公民館講座のご案内

☎ 三戸町中央公民館 ☎ 22-2186

三戸町中央公民館では、公民館講座（後期）を開設しています。2月に開催する講座は下記のとおりです。

講座	日にち	時間
体スッキリ かんたん筋トレ	【火曜】13、27日	19時～20時30分
郷土料理教室	【水曜】7日	9時30分～ 12時30分
からだの学校	【金曜】2、16日	10時～12時
ファミリー スポレク教室	【土曜】17日	10時～11時30分

○受講生は随時募集中です。お気軽にお問い合わせください。

※郷土料理教室、からだの学校は定員に達したため、募集を終了しました。

税金

申告と納税は期限内にお願いします

☎ 八戸税務署 ☎ 0178-43-0141

令和5年分の所得税および復興特別所得税並びに贈与税の申告・納付は3月15日(金)まで、消費税および地方消費税の申告・納付は4月1日(月)までです。期限内に申告・納付をお済ませください。

また、納税する際には、振替納税やダイレクト納付など、金融機関や税務署などの窓口に行く必要がない「キャッシュレス納付」が便利です。ぜひご利用ください。

なお、振替納税の振替日は、所得税および復興特別所得税が4月23日(火)、消費税および地方消費税が4月30日(火)です。

振替日の前日までに、口座の預貯金残高の確認をお願いします。

お知らせ

第3回家族教室のご案内

☎ 三戸町役場 健康推進課 ☎ 20-1152

精神障害者家族会「さんのへ家族会」主催の勉強会です。会員だけでなく、どなたでも参加できます。参加を希望する人は、申込期限までに役場健康推進課まで電話で申込みください。

■テーマ

「発達障害の人の可能性を広げよう！」

■内 容

DVD鑑賞後、お茶を飲みながら自由にお話します。

■日 時 3月8日(金) 13時30分～15時

■場 所 役場保健センター集団指導室

■申込期限 3月4日(月)

お知らせ

スポーツ安全保険に加入しよう！

☎ 公益財団法人スポーツ安全協会

☎ 0570-087109 (固定電話)
03-5510-0033 (携帯電話)

団体活動のための補償制度です。文化活動やボランティア活動の団体も加入できます。詳しくはホームページ(右記QRコード)をご覧ください。



お知らせ

認知症専門相談

☎ 三戸町役場 健康推進課 ☎ 20-1153

「もの忘れが気になる」「今までできていたことが上手くできない」など不安をお持ちの人は一度相談をしてみたいいかがでしょうか？

■日時 2月26日(月) 午前9時から12時まで

■場所 保健センター集団指導室

※事前に電話での予約をお願いします。

お知らせ

フレイル予防にはたんぱく質

問 三戸町役場 健康推進課 ☎ 20-1152

フレイルとは「高齢期になり心身の活力（筋肉や運動能力、社会とのつながりなど）が低下した状態です。この予防のためには、「食事」「身体活動」「口腔ケア」「社会参加」が大切です。

○食事（栄養）を上手にとるポイント

- ① 1日3食食べる。
- ② 主食（ご飯やパン）、主菜（たんぱく質のおかず）、副菜（野菜料理）をそろえて食べる。
- ③ 1日7～10食品群を目標に食べる（魚、油、肉、牛乳、緑黄色野菜、海藻、芋、卵、大豆、果物）。
- ④ たんぱく質を手のひら1つ分を意識して毎食とる（特に肉、魚、卵、大豆製品は筋肉を作る主成分です）。

お知らせ

適正体重を維持しましょう

問 三戸町役場 健康推進課 ☎ 20-1152

脂肪が増えると脂肪細胞から出る物質が生活習慣病を悪化させる原因になります。適正体重を維持することは生活習慣病のリスクを減らすことになります。

$$\text{適正体重 (kg)} = \text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)} \times 22$$

■脂肪細胞から出る物質の種類

- アディポネクチン
血管のメンテナンスをする善玉ホルモンが減る
→生活習慣病になりやすい
- アンジオテシノーゲン
血圧を上げる物質が増加する
→高血圧になりやすい
- TNF-α
インスリンの働きを低下させる物質が増加する
→糖尿病になりやすい
- PAI-1
血栓をつくりやすくする物質が増加する
→脂質異常症になりやすい

お願い

除雪作業にご協力をお願いします

問 三戸町役場 建設課 ☎ 20-1154

除雪車が出動する基準

積雪が10cmを越えた場合に出動します。また、幹線道路やバス路線を優先に進めますのでご理解ご協力をお願いします。

各家庭の出入口の除雪にご協力を

除雪車の構造上、多少の寄せ雪が残ってしまいます。各ご家庭やご近所で協力し合い、除雪して下さるよう、ご理解とご協力をお願いします。

路上駐車はやめよう

路上駐車は、除雪の妨げになります。

道路に雪を捨てないで

除雪車で寄せた雪や各家庭の雪を道路に押し出さないでください。

歩道・小路の除雪にご協力を

歩道や除雪車両の乗り入れが困難な小路の雪は、地域住民の皆さんで協力して除雪していただくよう、お願いします。

融雪剤はこまめに散布を

道路にまくための融雪剤や融雪剤の入った箱を建設課で配布・設置しておりますので、地域でこまめに散布していただくよう、お願いします。



お知らせ

マイナンバーカードの保有状況

問 三戸町役場 住民福祉課 ☎ 20-1151

	三戸町	青森県	全国
保有枚数	7,045	905,554	91,542,953
人口(人)	9,172	1,225,497	125,416,877
保有枚数率(%)	76.8	73.9	73.0

※保有枚数は、令和5年12月末現在

※人口は、令和5年1月1日現在

・・・ 以下は、有料広告です。

普通肥料（汚泥肥料）生第 85798 号（肥料取締法に基づく登録）

性状：粉 / 肥料成分：窒素 1.6% リン：3.5% カリ：1.6%

安全でよく育つ肥料 使ってみませんか？

アースライフ

肥料価格（配達料込）※税込価格です

4t車 **¥4,400** 10t車 **¥11,000**

必要量は相談に応じます ☎ 0176-22-2061

(担当：畠山)

にんにく 1反-3t / 長芋 1反-2t / 葉もの 1反-1t / 田んぼ 1反-0.3t



県南環境保全センター(株) 十和田市大字三本木字野崎 40-370

※町では、財源確保などのため広告を掲載しています。なお、掲載する広告は、三戸町が推奨するものではなく、広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。

※広告掲載の申込みなどについては、三戸町役場まちづくり推進課まで ☎ 20-1117

消費生活情報 No.40

フィッシング詐欺に注意!

- ▶ マイナポイントをすでに受け取っていたが、さらに2万円分もらえるというメールが届いた。
- ▶ メールはマイナポイント事務局からだったので、正規の連絡だと思い、記載のURLにアクセスした。
- ▶ クレジットカードの番号などの個人情報を入力した。
- ▶ しばらくして、クレジットカード会社から第三者に5万円使われたと連絡があった。

<ひとこと助言>

- ☆セキュリティソフトを活用しましょう。
- ☆利用限度額を最低限に設定しましょう。
- ☆利用明細をこまめに確認しましょう。

消費者ホットライン ☎188 (局番なし)

お近くの消費生活センターにつながります。

三戸町相談窓口紹介ネットワーク
三戸町役場まちづくり推進課 ☎20-1117

ふるさと納税 寄附者からのメッセージ

- ◆ いつもおいしい果物を楽しみにしています。ことしの気候は変動が大きく、果樹などの管理も大変だと思いますが、頑張ってください。(東京都)
- ◆ 11ぴきのねこのことが大好きなので、一度訪れてみたいと思います。(栃木県)
- ◆ 11ぴきのねこグッズを見かけて、懐かしいと思いつきました。(奈良県)

「ふるさとチョイス三戸町ページ」で、寄附者の皆さんからのメッセージをたくさん紹介しております。

ふるさとチョイス 三戸町

検索



全国の皆さま、応援ありがとうございます!

編集ノート

寒さも厳しくなってきた今日この頃、皆さんはいかがお過ごしでしょうか。

今月号は、三戸町消防団出初式を取材しました。団員の皆さんが日々練習を積み重ねてきたであろう「纏振り」は「しご乗り」は庄巻の一言に尽きました。

キリッとした表情で整列や行進をこなす皆さんの勇姿を見て、地域の安心と安全を守る消防団はとても頼もしい存在だと改めて実感しました。

(二二二)つたつぱり豚汁が
マイブームの境澤

相談 あおもり性暴力被害者支援センター

☎ 青森県青少年・男女共同参画課
☎ 017-734-9228

レイプや強制わいせつなど、性犯罪・性暴力の被害にあった人やその家族などから相談を受け、要望に応じた必要な支援をコーディネートします。

■りんごの花ホットライン

☎ 017-777-8349 (やさしく)

または ☎ #8891

※ 専門の研修を受けた相談員が対応します。

■受付時間 月～金曜 9時～21時

(上記時間以外、土日・祝日・年末年始は国のコールセンターにつながります)

■支援活動員募集

県が本センターの運営を委託している(公社)あおもり被害者支援センター(☎017-718-2085)では、ボランティアの支援活動員を募集しています。活動に関心のある人は、直接お問合せください。

消防

地震災害に備えよう

☎ 三戸消防署 ☎ 22-1140

■地震への備え

- ①家具類は転倒防止金具で固定しておきましょう。
- ②非常時に持ち出すものを準備しておきましょう。(ラジオ、医薬品、貴重品、懐中電灯など)
- ③持ち出し用の非常食や飲料水、懐中電灯などを準備しておきましょう。
- ④地震直後の火災に備えて、消火器を準備しておきましょう。
- ⑤防災マップで避難場所、避難所を確認しておきましょう。また、家族の集合場所をあらかじめ決めておきましょう。

■通電火災への備え

- ①停電中は電気機器のスイッチを切るとともに、電気プラグをコンセントから抜いてください。
- ②停電中に自宅を離れる際は、ブレーカーを落としてください。
- ③再通電時には、配線やコードが損傷していないか、燃えやすいものが近くにならないかなど、十分に安全を確認してから電気機器を使用してください。
- ④建物や電気機器に外見上の損傷がなくとも、壁内配線の損傷や電気機器内部の故障により、再通電から長時間経過した後、火災に至る場合があるため、煙の発生などの異常を発見した際は直ちにブレーカーを落とし、消防署に連絡してください。

■『自助』『共助』『公助』の連携で防災力を高めよう

大規模災害の場合、すぐに消防車や救急車が駆けつけられるとは限りません。

まず、自分で身を守り、地域での助け合いが大きな力になります。