

すいざわ

センターだより



水沢地区市民センター ☎329-2001
水沢地区団体事務局 ☎329-2323

「すいざわ センターだより」がカラーで見えます。

水沢地区のホームページのアドレスは <https://suizawa-yokkaichi.com> ご意見・投稿などは suizawahp@gmail.com



謹んで新年のお慶びを申し上げます

本年もどうぞよろしくお願いたします。

寅

水沢地区市民センター・水沢地区団体事務局 職員一同



介護予防ボランティア 四日市市ヘルスリーダーの会による

イキイキ教室

◇日 時：1月19日（水）13：30～15：00

◇場 所：水沢地区市民センター 大会議室

◇内 容：介護予防の運動、レクリエーション

ストレッチ・筋トレ・脳トレ（手先を動かし脳に刺激）など

◇対 象：おおむね65歳以上の市民の方

◇持ち物：マスク、タオル（体操用・汗拭き用）、お茶

※動きやすく、体温調整しやすい服装でお越しください。

申込み:不要
参加費:無料



※体調の悪い方は参加をお控えください。

※参加される方は、マスクの着用や手指消毒、検温にご協力ください。

※感染症拡大の状況や、天候・災害などによる警報が発令された場合には、中止・日程を変更することがありますので、ご了承ください。

【問合せ】高齢福祉課 ☎354-8170



人権標語

☆笑顔は 世界を救う 第一歩

（森 瑞稀）

☆やさしさは 知らないだれかも 笑顔にする

（森 優羽）

☆暗いそら 優しい光が 照らすそら

（清水 萌絵）



子育てを地域で支えあう 四日市市ファミリー・サポート・センター

「依頼会員講習会と新規登録会」のお知らせ

ファミリー・サポート・センターの仕組みと趣旨について、良く理解をしていただくために、平成28年度より依頼会員向けの講習会を実施しています。

新たに依頼会員として登録される方はもちろん、すでにご利用されている方も、受講してください。

◇日時：2月19日（土） 13:00~16:00（講習会のみの方は14:30終了）

＊講習会終了後、希望される方は依頼会員の登録手続きをいたします。

◇場所：三浜文化会館 2階 視聴覚室

◇定員：会場の都合により、20名程度といたします。（先着順に受け付けます）

◇申込方法：電話にてお申し込みください。

◇保育：あり/無料 ※事前にお申し込みください。

【申込み・問合せ】四日市市ファミリー・サポート・センター ☎323-0023

（NPO 法人体験ひろば☆こどもスペース四日市内）



「LGBTについて考える講演会を開催します！」

LGBTなどの多様な性の在り方についての理解を深めるための講演会を開催します。

◇日時：2月3日（木） 13:30~15:00

◇場所：文化会館第3ホール

◇講師：なんもり法律事務所 弁護士 南 和行さん

◇定員：60名（応募者多数の場合は抽選）

◇参加方法：1月14日（金）（必着）までに、申込書を郵送かファックスで、または直接、〒510-8601 市民生活課（市役所5階）へ。

申込書は同課および各地区市民センターで配布するほか、市ホームページからも入手できます。また、市ホームページ・QRコードからも申し込みます。

【問合せ】市民生活課 ☎354-8146



市民税・県民税
（第4期）

納期限は
1月31日（月）です



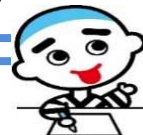
市県民税、所得税の申告が始まります

※詳しくは広報よっかいち 1 月下旬号をご覧ください。

《市県民税の申告》

- 水沢地区市民センター 3月4日(金) 9:30~14:30
- 市役所 [2階 市民税課] 3月9日(水)~3月15日(火) 9:00~16:00
※土・日曜日は除く

【問合せ】 市民税課 (☎354-8132 FAX354-8309)
ホームページ <http://www.city.yokkaichi.lg.jp/www/index.html>
トップページの「市民の方へ」から「税金」→「市・県民税」をクリック



《所得税確定申告》

- じばさん三重 6階 (四日市市安島 1-3-18) 2月16日(水)~3月15日(火) 9:00~17:00
※土曜・日曜・祝日は除きます。

※新型コロナウイルス感染症対策の一環として、確定申告会場の混雑緩和のため、入場整理券を活用して会場内へご案内することを予定しています。確定申告会場への入場には、「入場整理券」が必要です。

【問合せ】 四日市税務署 (☎352-3141) 国税庁ホームページ <http://www.nta.go.jp/>



令和4年度市県民税の申告についてのお願い
新型コロナウイルス感染症への感染拡大防止のため、
以下の点についてご協力ください。



○可能な限り申告会場への来場を避け、市民税・県民税申告書は郵送などで市役所へ提出してください

申告書は正確に記入し、提出の際は必要書類を必ず添付してください。作成した申告書は、郵送か地区市民センター経由で提出することができます。申告書の作成方法、必要書類については、「市民税・県民税の手引き」を参考にしてください。なお、添付していただいた必要書類の返送を希望される人は、切手を貼った返信用封筒を同封してください。

○所得税の確定申告書は税務署へ提出してください

所得税の確定申告書は、ご自宅などのパソコン・スマートフォンで作成することができます。作成内容や提出方法について、詳しくは国税庁のホームページ、または、税務署へお問い合わせください。

新型コロナウイルス感染拡大防止対策について

- 咳・発熱等の症状がある人、体調の優れない人の申告会場への来場はご遠慮ください。
- 申告会場へお越しの際は、マスクの着用、手指の消毒などにご協力をお願いします。
- 申告会場入り口にて実施する検温へのご協力をお願いします。



申告会場での混雑緩和について

申告相談会場の混雑緩和及び感染リスク低減のため、申告相談時の医療費控除の明細書や収支内訳書の作成は出来かねます。医療費控除の明細書や収支内訳書が事前に作成されていない場合、申告会場内のスペースなどでご自身で作成していただきますので、事前に自分で作成して申告会場へお越しください。
また、感染防止のため、入場制限をする場合がありますので、ご了承ください。

皆さん、お世話になっています。
地域マネージャーの原です。
水沢地区は災害には強い地域ですが、
「地震に対する自身の備え」はできていますか？



地域マネージャー
原のつばやま
No. 1

去る9月11日（土）に、水沢連合防災会ガーベラグループ主催による「オンライン防災講演会（浅野幸子先生）」に出席させていただき、そのお話の中で感じたことがあります。

「日常生活のなかで非日常を想定して生活しよう(*_*)」ということです。

避難所生活は決して快適とは言えない中、新型コロナウイルス禍での感染リスクもあることから、「地震発生時でも自宅が最も安全な避難所」だという意識で「住」「食」に関する備えをするのが望ましいという点は、コロナ禍での感染防止という面からも心に響きました。

では、具体的に普段からどのような備えができるのでしょうか？

①住まいの安全について点検してみましょう！

- 家具を置く場所や向きは大丈夫ですか？
（家具で揺れて倒れた場合逃げ場がなくなる状態にしましょう）
- 家具を固定してありますか？
（L型金具やつっぱり棒などで固定しましょう）
- 居住スペースはガラスで危なくならないですか？
（窓やガラスには飛散防止のフィルムを貼りましょう）

②普段から「食」に関する備蓄を心掛けましょう！

- 保存可能な水（1人あたり2L程度必要です）
- アルファ化米など
- 加熱不要なレトルト食品・缶詰など
- カップ麺など



③家族や個人の特性に応じた備えをしましょう！

家族を思い浮かべてみてください！「赤ちゃんがいる」「小さな子どもさんがいる」「アレルギーがある方」には特別の対応が必要かもしれません。

また、「持病のある方の薬（⇒お薬手帳を作成しましょう）」「生理用品」「予備のめがね」なども用意が必要かもしれません。



ガーベラグループの皆さん、
ありがとうございました！

