

元気発信! みんな一緒に元気づくり

各地区の介護予防教室を紹介しています。

元気いっぱいの 肥猪町元気クラブ

肥猪町元気クラブは平成28年4月に発足し、週2回地区の公民館で実施しています。この元気クラブの特徴は男性の参加者が毎回多数を占めることです。参加者14人のうち、男性が6人、年齢も70代前半が最高齢(二番目は70歳)の若手のクラブでもあります。女性も元気はつらつ、身体の柔らかさでは男性に勝ち目はなく、休憩時には食事の献立や野菜の作り方、花の育て方などの話で盛り上がり、体操終了後「お茶会」をすることもあります。



体操に来るようになってみんなの絆も深まり、何かあったらお互いに助け合っているという気持ちです。また、今年2月には公民館の拡張工事も完了し、エアコンも完備され快適な環境の中で「のびのび、楽しく」実施しています。公民館での体操以外でも忘年会や花見などの「呑コミュニケーション」を通じ親睦を深めています。



『笑いの絶えない時間が・・・』

なべしま かずお・みえ
鍋島 和生・美衛さん

9年前に大阪から引っ越してきたとき、肥猪町では知り合いは一人もいませんでした。そんなときご近所のリーダーさんからお誘いを受け、夫婦二人で参加するようになりました。今月で丸2年になります。体操の中でもタスポニー(ラケット代わりに手で行うテニス)が一番の楽しみで、ボールが思わぬ方向に飛んだりして笑いが絶えません。精神的にも肉体的にも家の中では味わうことのできない「人の輪」の温かみを実感しています。

自分たちにとってのいい加減が向原スタイル 向原元気クラブ

約4年間ほど教室をお休みにしていましたが、平成29年の2月から新向原元気クラブとして再開しました。日頃は皆さんと会う機会がないので、体操の日を心待ちにしています。体操に行く日は気合が入るので、仕事も段取りよくはかどります。体操を始めてよかったことは参加した皆さんが健康になったことです。スクワットをするようになって草取りなどの中腰の姿勢がつかなくなった人や、曲がらなかった膝が曲がり少しの間正座ができるようになった人。また、腕が挙がるようになった人もいらっしゃいます。



体操を始めて約1年、それぞれが体の変化を体感しています。80代の参加者もしっかりされているので、そんな先輩方を目標に頑張っていきたいです。毎月この元気づくりの記事を読んで、いろいろな地区の人の文章が励みになっています。読んでくださっている人に、この文章を通じて自分たちが感じた「元気の想い」を届けられればいいなと思います。

『気持ちが明るく
前向きになりました』

たにざき ふみこ
谷崎 文子さん

義父母が亡くなってから、1年間くらいは何をしていいかわからず家の中に閉じこもる生活でしたが、体操を始めてから地区の人との他愛もない会話が楽しいです。ここに来て、私は体を動かし人と話したかったのだと気づきました。今までは小さなことでクヨクヨすることもありますが、体操のおかげで気持ちが明るくなり、前向きに考えられるようになりました。また、基礎体力がついて農作業もはかどるようになり、分からないところは先輩たちから教わることもできるので、自分にとってプラスになることばかりです。

※本事業は、介護保険特別会計地域支援事業で行われています。 問 地域包括支援センター ☎69-9760

税だより

税務職員採用試験 受験者募集

〔採用情報NAVI〕
をご利用ください。

確定申告に基づき計算した予定納税基準額が15万円以上である場合に、その年の「所得税および復興特別所得税」の一部をあらかじめ納付する制度です。

「滞納は許さない」 併任徴収職員辞令交付式

玉名管内4町では町税の滞納徴収の強化を図る目的で、それぞれの町と税務職員(併任)派遣の協定を締結しました。

これにより各町が相互に税務職員を派遣し、町税の徴収をすることが可能となり、徴収率向上が期待されます。併任徴収職員が団結し、滞納者には搜索差押などの強化を図ります。

4月25日の辞令交付式では佐藤町長から各町の税務職員に辞令が交付され、併任徴収の税務職員はこれから徴収率向上に向けて取り組む決意を示していました。



▲佐藤町長(前列中央)と玉名管内4町の税務職員

問 税務住民課徴収係
☎57・8549

人事院九州事務局と熊本国税局では、税務職員採用試験の受験者を募集します。税務職員採用試験に合格し採用されると全員が税務大学校に入学し、1年間税務職員として必要な専門知識を習得するための研修を受けることになっています。

その後、税務署に配属され、国税の仕事に従事することになります。

●受験資格

(1)平成30年4月1日で高等学校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して3年を経過していない者、および平成31年3月までに高等学校または中等教育学校を卒業する見込みの者

(2)人事院が(1)に掲げる者に準ずると認める者

●試験の程度

高校卒業程度

●第1次試験 9月2日回

●申し込み方法および

申込受付期間

人事院ホームページ申込専用アドレス

(www.jinji-shiken.go.jp/juken.html)

または「採用試験NAVI」

申込受付期間は、平成30年6月18日(日)午前9時から6月27日(金)まで

▽人事院九州事務局

☎092・431・7733

▽熊本国税局人事第二課

試験研修係

☎096・354・6171

▽玉名税務署

☎72・2125

所得税および復興特別所得税の

予定納税(第1期分)をお忘れなく

平成30年分の「所得税および復興特別所得税」の予定納税(第1期分)は、平成30年7月31日(日)です。納期限までに、金融機関または所轄税務署の窓口で納付してください。「振替納税」をご利用の際は、納期限前日までに口座の残高をご確認ください。

また、インターネットを利用した電子納税手続については、e-Taxホームページ(www.e-tax.nta.go.jp)またはe-Tax検索を

ご確認ください。

(注)予定納税とは、前年分の

確定申告に基づき計算した予定納税基準額が15万円以上である場合に、その年の「所得税および復興特別所得税」の一部をあらかじめ納付する制度です。

玉名税務署

☎72・2125

マイナンバー(個人番号)の

税務関係書類への

記載について

税務署へご提出いただく税務関係書類については、マイナンバー(個人番号)の記載が必要であるとともに本人確認書類の提示または写しの添付が必要な場合があります。

詳しくは、国税庁ホームページ(www.nta.go.jp)または「国税庁検索」にある「社会保障・税番号制度(マイナンバー)」をご覧ください。

玉名税務署

☎72・2125



リサイクルプラザつうしん

6月リサイクル体験受講者募集 クリーンパークファイブ ☎78-4433 玉名郡長洲町名石浜42-1

| 日 | 時間 | 講座名 | 講師名 | 募集人員 | 募集期間 | 準備するもの |
|--------|--------------|-------------|--------|------|---|--|
| 21日(木) | 午前9時30分～午後3時 | 古布で作る「布ぞうり」 | 土山千代子氏 | 10人 | 電話受付 1日(木)午前9時～18日(金)午後3時 希望者多数の場合の抽選日 20日(土)午前10時 | ①座布団 ②弁当 ③材料費500円 ※床に座って作業するため、ズボンの着用をお願いします。 |

※受付方法 電話で受付をし、受講希望者が多い場合は抽選を行います。お気軽にお申込みください。