

税

チャンネル

確定申告相談会場などのご案内

お問い合わせ 大隅税務署 ☎ 099-482-0007

国税庁 LINE 公式アカウント



■2月の納期限 2月29日(木)

国民健康保険税 9期

介護保険料 9期

後期高齢保険料 8期

●確定申告相談センター
大隅税務署
☎ 099-482-0007

※自動音声案内です。

※確定申告に関するご相談は「0」番を選択してください。確定申告電話相談センターにおつなぎします。

●確定申告会場のLINE予約のご案内
国税庁はLINE公式アカウントを開設しています。友達追加をすることで、確定申告会場に入場するための入場整理券を事前発行ができるほか、所得税に関する情報を検索できます。

※入場整理券の事前発行は2月16日以降に順次開始していきます。

※確定申告会場への入場は入場整理券のある方を優先しています。入場整理券をお持ちでない方はお待ちいただくことがあります。

●申告相談会場の開設
期間 2月16日(金)～3月15日(金)

※土日祝日を除く

●時間 午前9時～午後4時

●場所 大隅税務署
大隅合同庁舎 4階会議室

国民年金のはなし

国民年金保険料の前納について

お問い合わせ
市民環境課 ☎ 0986-76-8805 大隅支所 地域振興課 ☎ 099-482-5923
財部支所 地域振興課 ☎ 0986-72-0934
鹿屋年金事務所 ☎ 0994-42-5121 (はじめに音声ガイドが対応します)

国民年金保険料は半年分・1年分・2年分などまとめて先払いする「前納制度」を利用すると通常のお支払いに比べて保険料が割引されます。

また「まとめて払うのはお得かもしれないけど金額的にちょっとなあ」という方でも支払方法を口座振替にして、支払い方法を「毎月払い」に変更するだけでも保険料の割引があります。

割引を受けたい、支払い方法を変更したいという方は2月末までにお手続きをする必要がありますので、市役所または年金事務所でお早めに手続きください。

なお手続きには通帳またはクレジットカード・届出印(口座振替の方)・基礎年金番号が必要です。

鹿屋年金事務所による出張年金相談

日 程	時 間	場 所	予 約 先
2月14日(水)	午前9時30分～ 午後3時30分	末吉本庁 3階第3委員会室	市民環境課 国民年金係 ☎ 0986-76-8805

相談は無料ですが予約が必要です。定員になり次第締め切ります。年金請求の相談が優先となります。

Soo市健康なび 第7号

脂質異常症 (からだ編)

脂質異常症 (高脂血症)

～LDL コレステロールが増えるとどうなる?～

お問い合わせ 保健課 ☎ 0986-76-8806

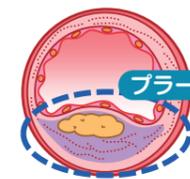
脂質異常症(高脂血症)は血液中の中性脂肪やLDL(悪玉)コレステロールが増えすぎた状態またはHDL(善玉)コレステロールが少ない状態をいいます。食べ過ぎ・運動不足・喫煙・ストレスなどの生活習慣によりLDLコレステロールが増えすぎると...

正常な血管

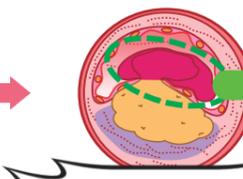


LDLコレステロールは血管の壁の内部に入り込んで蓄積していく

動脈硬化が進んだ血管



血管壁は厚く硬くなり、動脈硬化が進む



プラークが大きくなり血管の通り道が狭くなると、血栓などがつまり、心筋梗塞や脳梗塞など命にかかわる病気につながる



脂質異常症は治療をせずに放置しておく心筋梗塞や脳梗塞など命にかかわる疾患につながりリスクがとても高いですが、無症状のため気づかないことが多い病気です。定期的に健康診断を受け脂質検査の数値を見ていくことや生活習慣を改善することが大切です。

今回は脂質異常症(高脂血症)食事編について掲載します。お楽しみに。

日常に潜む消費生活トラブル

今月の相談

クレジットカード会社から代金の引き落としができないと確認の電話が来た。慌てて利用明細書を見てみると、先月3回に渡って計50万円もの心当たりのない請求が上がってきていることが分かった。いずれも自分が利用したものではなく請求元もまったく知らない業者だ。不正利用の可能性があるとこのことでクレジットカード会社が調査をしてくれることになったが、結果が出るまでには1カ月ほどかかるという。



お問い合わせ
消費生活センター
☎ 0986-76-8823

●曾於市消費生活
弁護士相談会のお知らせ
日時：3月6日(水)午前10時～正午
場所：市役所本庁南棟2階 多目的室②
相談時間：1人30分 定員：4名
※相談無料。事前申し込み順です。

●困ったときは、早めに消費生活センターにご相談ください。

●請求内容に心当たりがなく不正利用が疑われる場合は、早急にクレジットカード会社に連絡しましょう。

●不正利用が発生してから一定期間以上経過してしまうとクレジットカード会社の補償が受けられない場合があります。利用状況の確認はこまめに行いましょう。

●「クレジットカード会社から利用した覚えのない代金の請求があった」という相談が多く寄せられています。第三者による不正利用のおそれもあります。

クレジットカードの不正利用