

知ってほしい税のこと  
**税**  
チャンネル

## 令和6年度 各種税・料の納期限について

お問い合わせ 税務課 ☎ 0986-76-8804

税種	市県民税	固定資産税	軽自動車税	国民健康保険税	介護保険料(1号)	後期高齢者医療保険料	上下水道料	納期限
徴収区分	普通徴収	—	—	普通徴収	普通徴収	普通徴収	—	4月30日
4月								4月30日
5月		1期	全期				1期	5月31日
6月	1期			1期	1期			7月1日
7月		2期		2期	2期	1期	2期	7月31日
8月	2期			3期	3期	2期		9月2日
9月		3期		4期	4期	3期	3期	9月30日
10月	3期			5期	5期	4期		10月31日
11月		4期		6期	6期	5期	4期	12月2日
12月	4期			7期	7期	6期		12月25日
1月				8期	8期	7期	5期	1月31日
2月				9期	9期	8期		2月28日
3月							6期	3月31日

令和6年度の各種税・料の納期限は表の通りです。金融機関やコンビニでお支払をお願いします。諸事情により納期限内に納めることが困難な場合は、早めに納税相談などを行ってください。また督促状や催告書が届いた場合は放っておかず早めに連絡・相談しましょう。

納付は便利な口座振替もできますのでご利用ください。申し込みは金融機関でできます。振替を希望する口座の通帳・届出印を持参し申し込みください。受付日より約2〜3カ月後の納期から口座振替開始となります。口座振替をご利用の方は、納期限前に残高の確認をお願いします。

**国民年金**  
の  
はなし

## 障害基礎年金について

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)

病気やけがによって生活や仕事などが制限されるようになった時に受け取ることができる障害基礎年金は原則として次の①～③のすべてに該当する時に対象となります。

① 初診日(障がいの原因となった病気やけがについて初めて医師などの診療を受けた日)が65歳未満(60歳以降に初診日がある人はその他条件あり)

② 初診日の前日の時点で保険料を納付している(免除や猶予を含む保険料を納めた期間が3分の2以上ある、または直近1年間に未納がない)

③ 障がいの状態が障害認定日(原則として初診日から1年6カ月を過ぎた日)に1級か2級の障がいの状態に該当していること。

65歳より後に初診日がある場合は①に該当しないので障害基礎年金は対象外となります。

また生まれつき障がいをお持ちの方は①②は該当とみなされるので③だけ該当すれば障害基礎年金を受給できます。20歳になったら早めに請求しましょう。その他様々なケースがありますので気になる方は一度ご相談ください。

### 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
3月13日(水)	午前9時30分～ 午後3時30分	大隅支所 別館2階大会議室	大隅支所 市民係 ☎ 099-482-5923

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8号

## 脂質異常症(食事編)

### 脂質異常症(高脂血症) ～食事でコントロール！～

お問い合わせ 保健課 ☎ 0986-76-8806

脂質異常症(高脂血症)が気になりだしたら食事を見直し改善することが大切です。

#### 脂質異常症のために積極的に摂りたいもの

- ①肉と魚では魚(青魚)の回数を多めに! ②大豆製品を毎日摂る。③野菜・きのこ類・海藻類はたっぷり食べる。



少なめ



多め




良質なたんぱく質で食物繊維も含まれ、コレステロールを低下させる働きがあります。

朝食



味噌汁

昼食



ひじき煮

夕食



和え物

例) 朝食1皿・昼食2皿・夕食2皿とすると無理なく摂れます!

#### こちらは控えめに!

- 脂身の多い肉・加工品は控えめに。
  - お菓子や甘い飲み物は控える。
  - アルコールの節酒。
  - 夕食を食べすぎない。
- あと一口と思ったところで止めてみる

食事はバランスよく食べることが大切です。主食・主菜・副菜がそろえるとバランスが良くなります!

次回は脂質異常症(運動編)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

お問い合わせ  
消費生活センター  
☎ 0986-76-8823

インターネットで「初回1,980円」という除毛クリームの広告を見て、1回限りの購入のつもりで申し込んだ。後日商品が届き代金はコンビニで支払った。しかしそれから1カ月後、同じ商品が2本届き代金も7,000円と高額だった。驚いて業者に電話すると、4回の購入が条件の定期コースだと言われた。自分は未成年者なので取り消してほしいと伝えたが「親の承諾を得て申し込むという利用規約に同意しているので未成年者取り消しはできない」と断られた。どうすればよいか。



**未成年者の契約**

● 未成年者が保護者の同意を得ないで行った契約の申し込みは、原則として取り消すことができます。単に親の承諾を得て申し込むという利用規約に同意しているからといって、未成年者取り消しができなくなることはありません。

● ただし未成年者が「詐術」による申し込みを行った場合は取り消しが認められません。詐術とは未成年者が自分は成年者であるとうそをついて、相手を信用させて契約したような場合を指します。

● 他にも契約内容や申し込み時の状況によつては、未成年者取り消しが認められない場合があります。判断が難しい場合は、早めに消費生活センターにご相談ください。

● 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。

**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。