

平成28年中の所得の申告はお済みですか？

正確な国保税の計算のためには、所得の申告が必要です

保険税額を決めるための所得申告が必要です

平成29年度の国民健康保険税（以下、国保税）を6月に算定します。
国保税は、世帯内の国保加入者全員の平成28年中の所得や人数を基に計算します。
申告がお済みでない人は、早めの申告をお願いします！
申告については、市民生活課保険年金係、または税務課へ申し出ください。



どのような場合に申告が必要？ 18歳以上の人で、家族の税扶養に入っておらず、市役所に所得情報がない場合には申告が必要です（所得がない場合も必要です）

遺族年金や障害年金を受給中だけど…申告が必要？ 必要です。非課税年金を受給している旨の申告をしてください。

家族の税被扶養者だけど…申告が必要？

所得がない場合は必要ありません。ただし、所得があり、その所得について事業所等から市役所へ報告されていない場合は必要です。

早めに申告をしないとどうなるの？

国保税の算定には、世帯の総所得情報が必要なため、申告をしないと、①軽減判定ができない、②年度途中で申告すると年度途中で税額が変更される、などのデメリットが生じる可能性があります。

問い合わせ 市民生活課 保険年金係 ☎75-2159

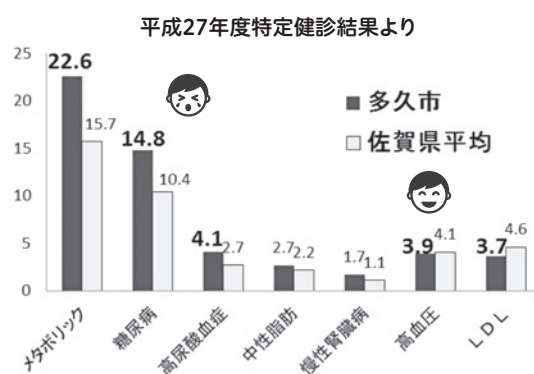
自分の健診結果から生活を見直し健康を守りましょう

内臓脂肪を減らして健康を手に入れよう！

自分の体の状態を知るために、特定健診を受けてもらっています。

多久市の28年度の受診率は58.3%でした。年々受診率は上がっていますが、目標の60%までは、あと一歩です。昨年も受けた人はこの1年の生活習慣で体の中がどう変わったかを確認するために、今まで受けたことがない人は、自分の体の中で起きていることを確認するために、まずは、特定健診を受けましょう！

ところで、受けた後の結果も気になる場所ですね。27年度の結果は次のとおりです。



メタボリックシンドロームや糖尿病の人の割合が県平均と比べて多いことがわかりました。

お腹についた内臓脂肪がいっぱい（腹囲：男85cm・女90cm以上）があるとインスリンというホルモンの働きが悪くなるインスリン抵抗性を起こし、血圧や血液中の血糖、尿酸、中性脂肪などの数値が高くなって動脈に変化を起こすといわれています。みなさんの血管を守るためには、メタボリックシンドロームを減らすことが不可欠です。そして、インスリンというホルモンが大きく関係しています。

来月はメタボリックとインスリンの関係について考えます。



問い合わせ 健康増進課 ☎75-3355