

保健センターだよ!

保健センター
☎82-3111 (内線511)
直通75-6230

40～74歳の国民健康保険に加入している皆さん

特定健診を毎年受けましょう



特定健康診査(特定健診)とは、メタボリックシンドロームに着目し、糖尿病・動脈硬化・脂質異常症などを早期に予防するための健診です。

町では保険者として、国民健康保険に加入されている方を対象に、下記のとおり健診を実施しています。今年度の健診の予定をお早めにご計画ください。

< 特定健診の対象となる方 >

昭和21年4月1日～昭和56年3月31日生まれ

※昭和20年生まれの方は、健診時に74歳の場合に対象となります。

※国民健康保険以外の方は、各加入保険者へご確認ください。

昨年度に引き続き、集団健診で特定健診を受診される場合、健診料金が**無料**になります! 昨年度は1,200人の方が集団健診を受診されました。対象となる方は、都合の良い日程で受診するようにしましょう!



集団健診(特定健診・一般健診) ※会場はお間違えのないようご注意ください。

日 程	場 所	受付時間	健 診 料 金
5月19日(火)	文化センター	午前8時30分～11時30分 午後1時30分～3時30分	< 特定健診 > 40～74歳の国民健康保険加入者 無料 (心電図含む) < 一般健診 > 19～39歳の方 2,800円 75歳以上の方 (後期高齢者医療保険加入者) 無料
5月20日(水)			
5月21日(木)			
5月22日(金)			
6月16日(火)	保健センター	午後2時～4時 午後5時30分～7時30分	
6月17日(水)			
6月18日(木)		午前8時30分～11時30分	
6月19日(金) 【夜間健診】			
12月6日(日) 【休日健診】		午前8時30分～11時30分 午後1時30分～3時30分	
12月7日(月)			

☆集団健診の新規申込み・変更などは随時受け付けています。詳しくは保健センターまでお問い合わせください。

告 白 枠

障害年金専門の社会保険労務士による

事前予約制



無料 障害年金相談会

..... 社会保険労務士には専門家としての知恵があります

①うつ病・精神・知的・発達障害・心の病気等

③視力・聴力の低下、その他、身体の機能・病状・精神の状態等で日常生活や労働で制限のある方
※働いていても受給できる場合があります。

②がん・心臓病・糖尿病・脳梗塞・人工透析・人工関節・ペースメーカー・特定疾患等

④障害年金の審査請求・再審査請求でお悩みの方

手数料は完全成功報酬ですので受給できなかった場合にはかかりません。お気軽にご相談ください。

場所▶毎月第1水(変更あり)
上田市ふれあい福祉センター
▶毎月第3水(変更あり)
坂城勤労者総合福祉センター
時間▶13時30分～16時30分
▶土・日も相談可能(要予約)

お問合せは下記事務所まで

長野障害年金研究会

西澤社会保険労務士事務所 / ☎0268-21-7070

大井社会保険労務士事務所 / ☎0268-82-2188

芹澤社会保険労務士事務所 / ☎0268-75-8931

※諸条件により、請求・受給できないことがあります。

障がい者(児)相談会開催のお知らせ

千曲・坂城障がい者(児)基幹相談支援センターでは、毎月、身体・知的・精神・発達等の各障がいに関する相談会を町内2会場で行っています。日頃悩んでいることや福祉サービスの利用などについてお気軽にご相談いただけます。

また、事前の予約は必要ありませんので、各会場まで直接お越しください。

【会場】坂城町役場(3階) 第5会議室

令和2年4月	1日	8日	15日	22日
6月	3日	10日	17日	24日
8月	5日	12日	19日	26日
10月	7日	14日	21日	28日
12月	2日	9日	16日	23日
令和3年2月	3日	10日	17日	24日

【会場】坂城町老人福祉センター夢の湯

令和2年5月	13日	20日	27日	
7月	1日	8日	15日	22日
9月	2日	9日	16日	23日
11月	4日	11日	18日	25日
令和3年1月	6日	13日	20日	27日
3月	3日	10日	17日	24日

※相談日はすべて水曜日、相談時間は各会場とも午後1時30分～4時です。

◎問い合わせ先 千曲・坂城障がい者(児)基幹相談支援センター(千曲市ふれあい福祉センター2階)
☎026-275-0548 FAX:026-214-3013



くらしのための固定資産税

令和2年度固定資産税は、令和2年1月1日時点の土地・家屋・償却資産の所有者の方に納めていただきます(年の途中で所有権の移転があつても月割、日割にはなりません)。納税通知書は、4月中旬に発送する予定です。課税明細書をご確認いただき、ご不明な点がございましたら、総務課税務係へお問い合わせください。

固定資産税課税台帳(名寄帳)の閲覧

4月1日(水)から、所有者とその他の所有する土地・家屋・償却資産が記載されている令和2年度の固定資産税課税台帳を、所有者ご本人、借地・借家人の方などが閲覧できます。閲覧をご希望の方は、総務課税務係窓口で申請してください。

申請に必要なもの

- 本人確認書類、印鑑
- 借地・借家人の方が申請する場合は、対象となる土地または家屋が明記された賃貸借契約書
- 代理の方が申請する場合は、委任状

閲覧手数料 1件300円

無料閲覧期間

4月1日(水)～4月30日(木)

※右記期間は、手数料がかからず閲覧ができます。(ただし、写しが必要な場合は、コピー代(1枚10円)がかかります。)

土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧

坂城町の固定資産税の納税者の方は、町内全ての土地・家屋の固定資産税評価額を縦覧することができます。縦覧をご希望の方は、総務課税務係窓口で申請してください。

申請に必要なもの

- 納税通知書、本人確認書類、印鑑
 - 代理の方が申請する場合は、委任状
- 手数料 無料
- ※写しの交付はできません

縦覧期間

4月1日(水)～4月30日(木)

◎問い合わせ先

総務課税務係
☎82-3111
(内線143・144)
直通75-6206

固定資産税の納期限

第1期	4月30日(木)
第2期	7月31日(金)
第3期	9月30日(水)
第4期	11月30日(月)