

# 泉 区役所掲示板

## マークの見方

名氏名(ふりがな) ☎電話(番号) ☎ファクス(番号) T〒・住所 年齢 年齢 行行事名  
✉Eメール(アドレス) ¥費用 HPホームページ 申申込み 問問合せ

●費用の記載がない場合は無料 ●特に断りのないものは当日自由参加 ●区役所の駐車場は有料です ●今月11日以降の市や外郭団体などの事業を掲載しています



## 市民税・県民税 申告の季節です 知って納得 税金のあれこれ

事前に準備を進めましょう

市民税・県民税とは、前年の1月1日から12月31日までの個人の所得に対して課税される地方税です。この2つの税金をまとめて個人住民税ともいいます。1月1日時点で泉区内に住所がある人は、まずは**申告の必要があるかを確認し、必要に応じて書類の準備**しておきましょう。

### このような人は申告を!

#### 主な例

- ① 確定申告をしていない年金受給者で市民税・県民税の医療費控除や生命保険料控除等を受けたい人  
各種控除の申告で税額が安くなる場合があります。
- ② 前年1年間(令和3年1月1日~令和3年12月31日)で収入がなかった人  
課税(非課税)証明書の発行、児童手当の支給資格の認定および国民健康保険料の減額判定などのために必要です。
- ③ 雇用保険・遺族年金・障害年金等を受給している人  
上記の収入は課税対象外ですが、②と同様に国民健康保険料の減額判定などのために必要です。
- ④ ①~③に該当しないが、市民税・県民税申告書の用紙が区役所から送られている人  
昨年の申告実績により申告用紙を送付していますが、申告が必要ない場合もあります。

### 申告が必要なときは

### 必要書類を準備しよう!

令和4年度 市民税・県民税申告書  
(2月上旬に発送、配布)



添付書類(申告書の内容を証明する書類)

#### 添付書類の例

- 公的年金・給与の源泉徴収票、支払調書などの収入額が分かる書類
- 健康保険料・介護保険料・国民年金保険料などの支払を証明する書類
- 生命保険料・地震保険料などの控除証明書
- 医療費控除の明細書  
(領収書の添付は不要。領収書は5年間保管が必要)
- 寄附金の領収書 など

横浜市 住民税 申告 検索

混雑の緩和および新型コロナウイルス感染症対策のため、申告書の提出は **原則、郵送** をお願いします。

問 市民税担当 ☎800-2351 ☎800-2509

## これからの健康づくりの中心は フレイル(虚弱)予防!

加齢とともに心身の活力(運動機能や認知機能など)が低下して、要介護状態に近づくことをフレイルと言います。フレイルの予防・改善には、「**運動の習慣をつける**」「**食事をしっかり取る**」「**人との交流**」が重要です。まずは家の中でストレッチをしたり、身近な場所で行われている教室に参加するなど、日々の生活の中でできることから始めてみませんか。

### 活動場所を探すには...

#### 「元気の秘訣!お役立ちガイド」

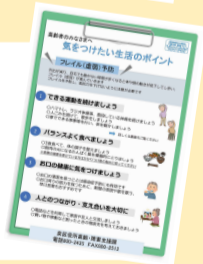
区内の地域ケアプラザやサロンなどで行われている活動を紹介  
区役所2階209窓口や地域ケアプラザなどで配布中



### フレイル予防のポイントは...

#### 「高齢者のみなさまへ 気をつけたい生活のポイント」

普段の生活で気をつけたいポイントを紹介  
区役所2階209窓口で配布中



## フレイル予防講演会

日時 2月21日(月)14時~16時

会場 区役所4階4ABC会議室

対象 区内在住、先着50人

講師 女子栄養大学大学院教授  
前東京都健康長寿医療センター研究所副所長  
しんかい しょうじ 新開 省二さん

申込み 1月11日から電話か ☎・☎・T を記入して FAXで高齢者支援担当へ



問 高齢者支援担当 ☎800-2435 ☎800-2513