

いせさき

たくさんの可能性を胸に
力強く歩みます



主な内容

- 未来を担う大人への一歩 成人式 P2
- 健康なときから介護予防を！ P4
- 市民病院職員を募集します P6
- 所得税の確定申告と市民税・県民税の申告 P8

表紙写真：決意を新たにする新成人

宮郷中学校区の木村美佑さんは式典の最後、新成人を代表し、「人生80年を24時間に例えれば20歳は朝6時。まだ始まったばかりです。私たちは、古くからの仲間と心に描く未来の実現に向けてまい進して参ります」などと言葉を述べました。



成人を迎えた皆さんに二十歳の抱負を聞きました。やりたいこと、かなえたいこと、なりたい自分など、それぞれの新成人が抱く夢や思いを紹介します。

新成人の抱負 私は「○○○○」 になる



成人式に参加した新成人

- 第一中学校区=132人
- 第二中学校区=148人
- 第三中学校区=153人
- 第四中学校区=154人
- 殖蓮中学校区=136人
- 宮郷中学校区=238人
- 赤堀中学校区=181人
- あずま中学校区=179人
- 境北中学校区=58人
- 境西中学校区=61人
- 境南中学校区=76人
- 四ツ葉学園中等教育学校=101人
- 特別支援学校=12人

1月10日、成人式が学校区ごとに開催されました。こしは感染対策として会場への入場は新成人のみに制限し、参加する新成人はマスクの着用や検温などを徹底しました。式典では新成人が地域の皆さんや家族などに感謝の言葉を述べ、大人への決意を新たにしました。会場では、友人との再会を喜んだり、近況を報告しあったりする新成人の姿が見られました。

問い合わせ 市民活動課(☎)6712

祝 未来を担う我らの成人式

▲各会場に掲出されたことしの成人式のテーマ

成人式のテーマに込めた思いは?
テーマは「コロナに打ち勝て!未来を担う我らの成人式」です。昨年から続く新型コロナ

成人式を迎えた心境は?
新型コロナウイルスの感染が心配される中で、成人式を開催できて本当に良かったです。実行委員は例年とは異なる状況下でも、より良い式にしようという気持ちで頑張りました。実行委員では、オンライン会議を行ったり、成人式に参加する新成人にSNSを使って感染予防を促したりなど、積極的に取り組んできたから成人式を開催することができたと思います。実行委員の皆さん、ありがとうございました。

成人式を終えた感想は?
ボランティアの人が「新成人の喜ぶ顔が見られれば」と私たちがのを第一に考えて運営してくれました。成人式の準備や運営に携わった皆さんには、成人式を無事終えられたことに感謝があります。

新型コロナウイルスの影響で10代最後の1年間、生活のあらゆる場面で行動を制限され、数多くの不安がありました。副題の「コロナに打ち勝て」の部分は、この事態から早く解放されるよう、感染対策をしっかりと行って打ち勝とうという思いを込めています。主題には、未来を担う大人として、この困難な状況乗り越えていきたいと思います。

新成人を代表して一言お願いします
「おもしろきこともなき世をおもしろく」これは高杉晋作の辞世の句といわれています。意味は「面白いことも面白くないことも全ては自分の心次第」ということだそうです。これからの人生、楽しいことだらけではないと思いますが、くじけず踏ん張って、嫌なことも面白く捉えて乗り越えていきましょう。家族や先生をはじめ、今まで私たちを支えてくれた皆さん。楽しい日々を過ごし、時には迷惑を掛けることがあったと思います。それでも甘やかさず厳しくしてくれたことので、ここまで成長することができました。ありがとうございました。

未来を担う大人への一步 成人式

新成人にインタビュー



令和3年成人式実行委員会
会長 松村 龍之介さん
(あずま中学校出身)

困難に打ち勝ち開催できた成人式

自分の口で生涯楽しく食事をするために 口腔機能の低下を防ぐ4つのポイント!

食べる力を維持して健康に生活するためには、口の健康を保つことが大切です。病気を予防するために重要な口の手入れのポイントを紹介します。いつまでも健康で楽しい生活を送りましょう。

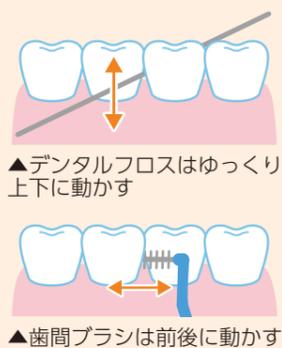
自分に合った歯ブラシで 正しく歯を磨きましょう

- 歯ブラシは磨く部分が小さく、毛の硬さは普通の物を選びましょう
- 歯ブラシの持ち手は鉛筆と同じように持ち、歯や歯肉を傷つけないように軽い力で磨きましょう
- 歯ブラシの当て方は、磨く面に対して90度、歯肉との境目は45度に当てると汚れが落ちやすくなります



デンタルフロスや歯間ブラシを活用し 歯と歯の間の汚れを落としましょう

- デンタルフロスは歯と歯の間に入れて、上下にゆっくり動かして汚れを落とします。歯肉を傷つけないように注意しましょう
- 歯間ブラシは、歯と歯の間に真っすぐ入れ、前後に2・3回動かします



入れ歯は清潔に保ちましょう

- 入れ歯は流水で食べかすを洗い落とし、入れ歯用ブラシで丁寧に磨きましょう。寝る前は入れ歯洗浄液に入れ、翌朝は洗浄液をよく洗い流して口の中に入れましょう



定期的に歯科検診を受けましょう

- 半年に一度は歯科医院で検診を受けて口の健康を確認しましょう



いつもの食事にもう一品 かむ力を鍛えるお勧めレシピ

簡単



材料(2人前)

- ゴボウ 100グラム
- ニンジン 60グラム
- 塩 2つまみ程度
- ポン酢 大さじ1杯
- マヨネーズ 大さじ2杯
- すりごま 大さじ1杯

作り方

- 1 ゴボウは包丁の背などでこすり皮を薄く落とし、薄い斜め切りにした後、すぐに水に5分程さらす
- 2 ニンジンは皮をむいて短冊切りにする
- 3 鍋に沸かした湯に塩と1のゴボウを入れ火が通るまでゆでる
- 4 3に2のニンジンを入れニンジンにも火が通るまでゆでる
- 5 ゴボウとニンジンをざるに上げ、水分を切る
- 6 ゴボウとニンジンが熱いうちにポン酢を加え、冷ます
- 7 6にマヨネーズとすりごまを加え、よくあえて完成

ひと工夫
いつもの食品も
かみ応えアップ

ヨーグルトに皮付きリンゴとナッツを刻んでトッピングするとかみ応えがアップします。今の季節は風邪予防にもお勧めです。

健康なときから介護予防を!

住み慣れた地域でいつまでも生き生きと生活するために

市では、65歳以上で介護認定を受けていない人を対象に、生活機能セルフチェックを実施しています。生活機能セルフチェックは、健康状態や生活機能、心身の変化など25項目を調査し、健康維持や介護予防の取り組みを考えるためのものです。元気なときから介護予防に取り組み、いつまでも生き生きと自立した生活を送りましょう。

問い合わせ 地域包括支援センター ☎(27)2745

令和2年度 生活機能セルフチェック結果

市が令和2年度に実施した生活機能セルフチェックでは、4万2535人に調査票を送付し、2万7194人から回答がありました。回答した人の約4分の1の人に、今後何らかの介護が必要になる危険性が高いという結果が出ました。

- 今後何らかの介護が必要になる危険性が高い人
人数 7242人(26.6%)
- 割合が高い上位5地区
赤堀地区(29.1%)
- 北地区(28.2%)
- 殖蓮地区(27.4%)
- 南地区(27.3%)
- 東地区(26.4%)

介護予防のポイント

今後何らかの介護が必要になる危険性が高い7242人の、生活機能項目別の集計結果は次のとおりです。生活機能の低下を防ぎ、介護が必要な状態にならないためのポイントも併せて紹介します。ぜひ実践してください。

- 全体的に機能が低下している人
人数 1322人(18.3%)
- 割合が高い上位3地区
東地区(21.4%)
- 北地区(19.9%)
- 名和地区(19.8%)
- いつまでも自分らしくはつらつと過ごすために、老化のサインにいち早く気付いて介護予防を行いましょう。

【口腔機能が低下している人】

- 人数 4469人(61.7%)
 - 割合が高い上位3地区
豊受地区(67.0%)
 - 赤堀地区(66.3%)
 - 宮郷地区(63.5%)
- 食事をおいしく取ったり、会話を楽しくしたりするために、口の健康は欠かせません。毎食後の歯磨きや口の体操を習慣付け、口の健康を維持しましょう。



【運動機能が低下している人】

- 人数 3893人(53.8%)
 - 割合が高い上位3地区
北地区(57.1%)
 - 南地区(56.9%)
 - 東地区(56.7%)
- つまづきや転倒防止のために筋力の維持は大切です。普段の生活に、家庭でできる

筋力トレーニングなどの運動を取り入れ、筋力を維持しましょう。



【認知機能が低下している人】

- 人数 3584人(49.5%)
 - 割合が高い上位3地区
東地区(53.9%)
 - 三郷地区(52.7%)
 - 赤堀地区(52.7%)
- 人との会話を意識して増やすなどして脳を活性化させましょう。



【鬱傾向のある人】

- 人数 3545人(49.0%)
 - 割合が高い上位3地区
東地区(52.2%)
 - 三郷地区(51.7%)
 - 境地区(49.7%)
- 趣味を楽しむなどして毎日を楽しく刺激的に過ごしましょう。意識して笑顔でいることも効果があります。



【閉じこもり傾向のある人】

- 人数 919人(12.7%)
 - 割合が高い上位3地区
殖蓮地区(14.5%)
 - 東地区(14.5%)
 - 北地区(13.5%)
- 買い物や散歩など小さな用事で出掛けることを心掛け、無理のない範囲で外出を増やしましょう。



【栄養状態が低下している人】

- 人数 527人(7.3%)
 - 割合が高い上位3地区
南地区(11.2%)
 - 豊受地区(8.1%)
 - 茂呂地区(7.8%)
- バランスの取れた食事をしましょう。食事の時間を楽しむことも大切です。



前橋市、桐生市、伊勢崎市による一般廃棄物の処理に係る相互支援に関する協定を締結しました

昨年12月24日、前橋市、桐生市と本市は、清掃施設の故障や事故、点検または災害の発生などにより、一般廃棄物の処理に支障が生じた場合に備え、一般廃棄物の収集運搬・中間処理や職員の派遣などで協力できるよう、一般廃棄物の処理を相互支援する協定を締結しました。この協定により、緊急時の廃棄物処理の対応力が強化されました。

問い合わせ 環境政策課(☎27-2732)



前橋市、桐生市と本市で行われた協定の締結式の様子

市消防団第1方面隊第11分団詰め所を移転

東上之宮町内に市消防団第1方面隊第11分団の新たな詰め所を設置し、昨年12月27日に開所式が行われました。開所式には市長をはじめ建設に携わった関係者計24人が参加。市消防団第1方面隊第11分団の詰め所は、建築から45年が経過した旧詰め所の老朽化が進んでいたことなどから、現在の場所へ移転新築しました。

問い合わせ 消防本部総務課(☎25-3511)



市消防団第1方面隊第11分団詰め所の開所式の様子

意見募集 パブリックコメントを行います

次の3つの計画案などについてパブリックコメントを行います。皆さんの意見を聞かせてください。

し尿処理施設個別施設計画(案)

し尿処理施設の更新費の縮減と市民サービスの確保の両立を図るため、今後の具体的な対応方針をとりまとめた個別施設計画です。

宛先 〒372-8501 (住所不要) 市役所環境政策課、FAX 24-5253、✉ kankyou@city.isesaki.lg.jp
問い合わせ(担当課) 環境政策課(☎27-2732)

ICT推進基本方針(案)

情報通信技術(ICT)の活用による効率的な行政運営と市民サービス向上を推進するための方針です。

宛先 〒372-8501 (住所不要) 市役所情報政策課、FAX 23-9800、✉ jouhou@city.isesaki.lg.jp
問い合わせ(担当課) 情報政策課(☎27-2709)

土地改良施設個別施設計画(案)

土地改良施設の更新費の縮減と市民サービスの確保の両立を図るため、今後の具体的な対応方針をとりまとめた個別施設計画です。

宛先 〒370-0192 (住所不要) 市役所土地改良課、FAX 74-4001、✉ tochikai@city.isesaki.lg.jp
問い合わせ(担当課) 土地改良課(☎74-0873)



意見を集めている計画案などの内容や所定の様式などはこちら

新型コロナウイルス感染症関連情報

発熱などの症状があるときは
医療機関を受診する前に
かかりつけ医に相談してください

【かかりつけ医がある人】

受診する前にまずかかりつけ医に電話で相談してください。

【かかりつけ医がない・電話する医療機関に迷う人】

県受診・相談コールセンターに電話で相談してください。

県受診・相談コールセンター

受付時間 24時間

電話番号 0570-082-820

ファクス番号 027-223-7950

日曜日・祝日は伊勢崎・玉村休日受診相談コールセンターでも相談できます

伊勢崎・玉村休日受診相談コールセンター

受付日 日曜日・祝日

受付時間 午前9時～正午、午後1時～3時

電話番号 080-2230-8246

環境指導員等感染症対策物品支給事業 全行政区環境指導員などへ 感染対策の物資を支給しました

新型コロナウイルス感染症対応地方創生臨時交付金充当事業の一環で感染拡大の防止策として、日常的にごみ集積所の維持管理を行う市内全ての行政区に、マスクと手袋を支給されました。

問い合わせ 環境政策課(☎27-2732)

問い合わせ 健康づくり課(☎27-2746)

感染症対策の基本 新しい生活様式の実践を

自分と周囲の人の感染を防ぐため新しい生活様式を実践しましょう。

- 手洗い・消毒
Wash your hands, Use hand sanitizer.
- マスク着用・せきエチケット
Wear a mask, Follow cough etiquette.
- 身体的距離の確保
Maintain physical distancing.
- 3密(密集・密接・密閉)の回避
Avoid the "Three Cs" (Closed spaces, Crowded places, and Close-contact settings).
- 換気
Ensure ventilation.



感染対策の物資を受け取る環境指導員会長の栗原さんと茂呂地区環境指導員の皆さん

【意見の提出方法】

所定の様式に、住所・氏名・意見とその理由を記入の上、直接または郵送・ファクス・メールで各担当課に提出してください。

※資料と所定の様式は、各担当課・市民情報コーナー(市役所・各支所)にあります。市ホームページからダウンロードもできます

春の賑わい まちなか華フェスタ

伊勢崎駅周辺の園児による春にちなんだ作品の展示などを行います。春の訪れを楽しみに、ぜひお越しください。

期間 2月18日(木)から3月21日(日)まで

※月曜日は休館です

時間 午前9時～午後5時

会場 伊勢崎駅前インフォメーションセンター

※車で来場の際は、ベイシアスーパーマーケット伊勢崎駅前店の駐車場を利用してください。90分まで無料です

内容

- 第一幼稚園、茶々タワー花の森保育園、あかいしこども園の園児の作品展示
- 市内の桜の名所情報を書き込み、みんなでシェアする「さくらマップ」の展示 など

入場料 無料

問い合わせ 都市開発課(☎21-7490)または伊勢崎駅前インフォメーションセンター(☎61-8008)

市民病院職員を募集します

令和3年4月採用の市民病院職員採用試験(2次募集)を次のとおり行います。

募集職種 看護師・助産師

募集人数 若干名

受験資格 看護師または助産師の免許取得者

年齢要件 昭和50年4月2日以降に生まれた人

試験日 3月3日(水)

試験案内・申込書の配布 2月15日(月)まで市民病院企画財政課で配布します。市民病院ホームページからダウンロードもできます

申し込み 2月15日(月)(必着)までに申込書を直接または郵送で市民病院企画財政課へ

宛先 〒372-0817 連取本町12-1 市民病院企画財政課

注意事項

●市民病院企画財政課での配布・受け付けは土・日・祝日は除きます

●本年度の市民病院職員採用試験または市職員採用試験に応募した人は応募できません

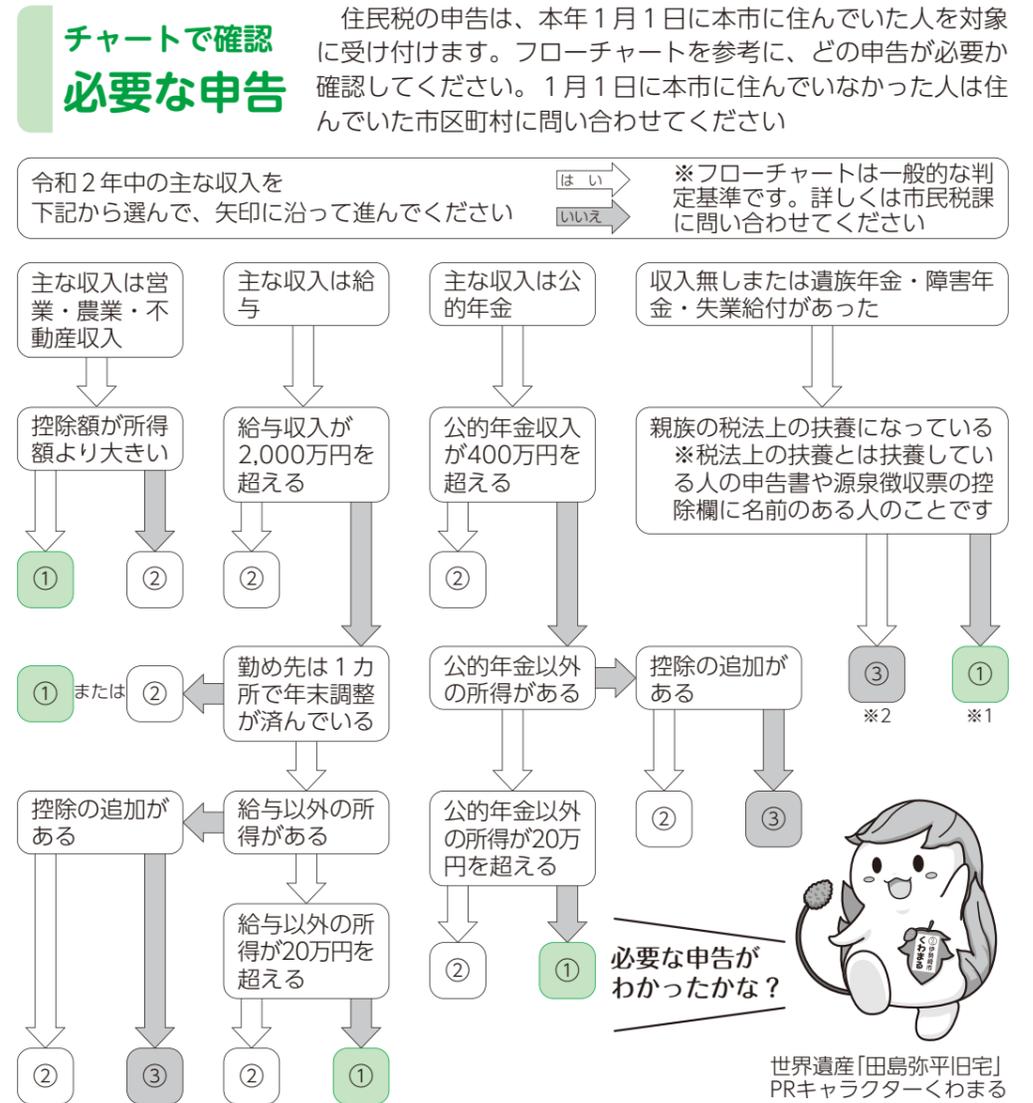
問い合わせ 市民病院企画財政課(☎25-5022)

令和2年分 所得税の確定申告と 市民税・県民税の申告が 2月16日(火)から始まります

令和2年分の所得にかかる所得税の確定申告と、市民税・県民税(住民税)の申告が始まります。いずれの申告も、令和2年の1年間(1月から12月まで)に得た所得を申告する制度です。申告は期限内に済ませましょう。

問い合わせ 市民税課 ☎(27)2716・☎(27)2717

住民税の申告は、本年1月1日に本市に住んでいた人を対象に受け付けます。フローチャートを参考に、どの申告が必要か確認してください。1月1日に本市に住んでいなかった人は住んでいた市区町村に問い合わせてください



判定結果	必要な申告	対応方法
①	住民税の申告が必要です	本紙9ページの「住民税の申告」を読んでください。所得税が源泉徴収されていて、還付を受ける場合には確定申告が必要です。確定申告をすれば、住民税の申告の必要はありません。 ※1 申告がない場合、国民健康保険税の軽減措置が受けられない場合があります
②	所得税の確定申告が必要です	本紙9ページの「所得税の確定申告」を読んでください。確定申告をすれば住民税の申告の必要はありません。
③	申告は必要ありません	※2 収入が無くても所得証明書などが必要な場合は、住民税の申告が必要です

申告に必要な物

必ず使う物

- 印鑑(朱肉を使う物)
- 筆記用具
- 電卓
- マイナンバーカードまたは個人番号が確認できる書類(記載事項が最新の物)と本人確認ができる書類(運転免許証など)

給与や公的年金の収入がある人 源泉徴収票の原本

営業、農業、不動産などの収入がある人 記入済みの収支内訳書とその根拠となる帳簿や領収書など

各種控除を受ける人 国民年金保険料・国民健康保険料の領収書などの支払った金額が確認できる物や障害者手帳、生命保険料の控除証明書、医療費控除の明細書など各種控除に必要な物

所得税の確定申告

期間 2月16日(火)から3月15日(月)まで

※土・日・祝日は除きます

時間 午前9時～午後4時

※混雑緩和のため、午後4時前でも受け付けを終了したり、後日の来場をお願いしたりする場合があります

会場 文化会館

問い合わせ 伊勢崎税務署 鹿島町、☎(25)4045)

※所得税の確定申告期間中は文化会館で、それ以外の期間は伊勢崎税務署で所得税の確定申告に関する相談を受け付けています

市役所・各支所などで所得税の確定申告ができる場合があります

市役所・各支所などの申告会場でも、所得税の確定申告を受け付けできる場合があります。詳しくは市民税課に問い合わせてください。

ただし、次のいずれかに該当する人は受け付けができません。文化会館で申告をしてください。

●青色申告・損失の申告をする人

住民税の申告

期間・時間・会場 下記のとおり

住民税の申告は、本年1月1日に居住していた市区町村で行ってください。所得税の確定申告をした人は、住民税の申告をする必要はありません。

ただし、上場株式等の配当所得などについて、住民税と所得税で異なる課税方式を選択する人は、所得税の確定申告とは別に住民税の申告が必要です。令和3年度納税通知書が送付されるまでに申告をしてください。

住民税の申告書は、市民税課または各支所税証明センター

●土地や建物、株式などの譲渡所得がある人

●先物取引にかかる所得がある人

●住宅借入金等特別控除を受ける人で、1年目の人または連帯債務で借入金がある人

●雑損控除を受ける人

●海外に扶養親族がいる人

●準確定申告をする人

●肉用牛の売却による農業所得の特例の適用を受ける人

●新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、申告書はできるだけ郵送で提出してください。郵送で申告書を出す場合、申告会場での受付時間がなくなるなどのメリットがあります。

●郵送での申告書の提出をお願いします

申告書に必要事項を記入し、氏名欄に押印の上、市民税課に郵送してください。

郵送する際は、収入や各種控除に必要な証明書などの書類またはその写し、申告する人のマイナンバーカードの表裏の写しまたは個人番号が確認できる書類と本人確認ができる書類(運転免許証など)の写しを同封してください。

※申告の内容について確認する場合があるので、電話番号欄には昼間に連絡が取れる電話番号を必ず記入してください

宛先 〒372-8501 (住所不要) 市役所市民税課

住民税の申告受付日程

会場・期間・受付時間

【市役所東館5階第1会議室】

期間 2月16日(火)から3月15日(月)まで

受付時間 午前9時～午後4時

【境支所会議用庁舎1階大会議室】

期間 2月17日(水)から25日(木)まで

受付時間 午前9時～午後3時

【赤堀支所2階大会議室】

期間 3月1日(月)から5日(金)まで

受付時間 午前9時～午後3時

【あずま保健センター1階大研修室】

※今年の会場はあずま支所ではありません

期間 3月9日(火)から15日(月)まで

受付時間 午前9時～午後3時

※いずれの会場も土・日・祝日は除きます。市役所と支所などで受け付け終了時間が異なります

混雑する日時を避けて来場してください

受付期間中の時間内であれば、どの会場・日時でも申告ができます。市役所会場は月曜日が、支所などの会場では受付開始初日とその翌日が大変混雑します。いずれの会場も、午前8時30分から番号札を配布しますが、受付開始直後は大変混雑しますので、その日時を避けるなど混雑緩和に協力してください。

感染症対策を実施します

新型コロナウイルス感染症の拡大防止対策のため、申告を受け付ける席の間隔を広く確保して少ない職員数で申告に応じるので、待合席などが減ったり待ち時間が例年よりも長くなったりする場合があります。体調の優れない人や体温が37.5℃以上の方は入場を断る場合があります。会場内でのマスク着用と手洗い・手指の消毒、最少人数での来場に協力してください。

医療費控除の明細書の書き方

用意する書類

- 医療費通知(医療保険者が発行する書類)
- 医療費などの領収書
- 医療費控除の明細書【内訳書】

記入の流れ

医療費通知の金額を、医療費控除の明細書【内訳書】の「1 医療費通知に関する事項」の欄に記入

医療費通知に記載のない医療費などの領収書金額を、「2 医療費(上記1以外)の明細」の各欄に記入

記入した医療費の合計を基に、「3 控除額の計算」欄に記入して完成

① 医療費通知の「自己負担額」の合計額を記入

② ①の医療費のうち、その年中に実際に支払った金額を領収書などで確認し、その合計額を記入

③ 保険金や給付金(入院費給付金、出産育児一時金、高額療養費など)で補てんされた金額がある場合に、その合計額を記入

④ 医療費通知に記載がない分の医療費を、医療を受けた人と医療機関ごとに記入

⑤ ④で計算した医療費の合計額を基に、欄内の案内に沿って金額を計算し、記入して完成

令和2年分 医療費控除の明細書【内訳書】

※この控除を受ける方は、セルフメディケーション税制は受けられません。

住所 群馬県伊勢崎市今泉町二丁目410番地 氏名 伊勢崎 太郎

1 医療費通知に記載された事項

医療費通知(※)を添付する場合、右記の(1)~(3)を記入します。

※医療保険者等が発行する医療費の額等を通する書類で、次の6項目が記載されたものをいいます。
(例：健康保険組合等が発行する「医療費のお知らせ」)
①被保険者等の氏名、②療養を受けた年月、③療養を受けた者、④療養を受けた病院・診療所・薬局等の名称、⑤被保険者等が支払った医療費の額、⑥保険者等の名称

1) 医療費通知に記載された医療費の額	2) (1)のうちその年中に実際に支払った医療費の額	3) (2)のうち生命保険や社会保険などで補てんされる金額
96,584円	83,400円	0円

2 医療費(上記1以外)の明細

「領収書1枚」ごとではなく、「医療を受けた方」・「病院等」ごとにまとめて記入します。

(1) 医療を受けた方の氏名	(2) 病院・薬局などの支払先の名称	(3) 医療費の区分	(4) 支払った医療費の額	(5) (4)のうち生命保険や社会保険などで補てんされる金額
伊勢崎 太郎	■●●病院	<input checked="" type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス <input type="checkbox"/> その他の医療費	9,400円	
伊勢崎 太郎	▲▲▲薬局	<input checked="" type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス <input type="checkbox"/> その他の医療費	22,000	10,000
伊勢崎 花子	■●●病院	<input checked="" type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス <input type="checkbox"/> その他の医療費	700	
伊勢崎 花子	○○○診療所	<input checked="" type="checkbox"/> 診療・治療 <input type="checkbox"/> 医薬品購入 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス <input type="checkbox"/> その他の医療費	9,000	
2 の 合 計			41,100	10,000
医療費の合計			A (㉗+㉘) 124,500円	B (㉘+㉙) 10,000円

3 控除額の計算

支払った医療費(合計)	124,500円	A
保険金などで補てんされる金額	10,000	B
差引金額(A-B)	114,500	C
所得金額の合計額	2,500,000	D
□×0.05(赤字のときは0円)	125,000	E
□と10万円のいずれか少ない方の金額	100,000	F
医療費控除額(C-F)	14,500	G

申告書第一表の「所得金額等」の合計欄の金額を転記します。
(注) 次の場合には、それぞれの金額を加算します。
・退職所得及び山林所得がある場合・・・その所得金額
・ほか申告分離課税の所得がある場合・・・その所得金額(特別控除前の金額)
なお、損失申告の場合には、申告書第四表(損失申告用)の「4 繰越損失を差し引く計算」欄の金額を転記します。

申告書第一表の「所得から差し引かれる金額」の医療費控除欄に転記します。

この明細書は、申告書と一緒に提出してください。

医療費控除の申告を解説します

医療費控除とは

本人や生計を共にする配偶者、そのほかの親族のために前年中に支払った医療費がある場合は、下記の計算式によって算出した金額を医療費控除として、所得金額から差し引くことができます。

【医療費控除の明細書添付が必須です】

医療費控除の申告には「医療費控除の明細書」の添付が必須です。医療費などの領収書の添付や提示は不要ですが、領収書は自宅で5年間保管する必要があります。「医療費のお知らせ」などの医療費通知を添付すれば、医療機関名など明細の記入を省略することができます。医療費控除の明細書の書き方は本紙11ページで解説しています。

計算式

$$\left(\begin{array}{l} \text{前年中に支払った医療費の総額} \\ - \text{保険金などで補てんされた金額} \end{array} \right) - \left(\begin{array}{l} \text{10万円と前年中所得の合計額の5\%とのいずれ} \\ \text{れか少ない方の金額} \end{array} \right) = \text{医療費控除額 (最高200万円)}$$

セルフメディケーション税制を知っていますか

医療保険者が実施する健康診断やインフルエンザなどの予防接種など、健康の保持増進および疾病の予防として一定の取り組みを行っている人が、本人や生計を共にする配偶者、そのほかの親族のために前年中にドラッグストアなどで特定一般用医薬品(領収書にセルフメディケーション税制の対象商品である旨の識別マークが表示されたものが対象)などの購入のために支払った金額がある場合は、下記の計算式によって算

計算式

$$\left(\begin{array}{l} \text{前年中に支払った対象医薬品の購入金額} \\ - \text{保険金などで補てんされた金額} \end{array} \right) - 1万2,000円 = \text{医療費控除額 (最高8万8,000円)}$$

医療費控除は、支払った医療費が戻ってくる制度ではないんだよ。だから、もともと住民税が発生しない人は、医療費控除の申告の必要はないよ。

医療費控除の明細書の添付を忘れないようにしましょう！



来庁してからの「医療費控除の明細書」作成は時間がかかって大変。スムーズな申告受け付けのためにも、事前の作成に協力してね。明細書は、市民税課または各支所税証明センターにあるよ。所得税の確定申告をする場合、国税庁ホームページの確定申告書等作成コーナーでも医療費控除の申告ができるから、ぜひ利用してね。

情報掲示板 information

- 伊勢崎市役所…………… ☎0270-24-5111
- 赤堀支所…………… ☎0270-62-1151
- あずま支所…………… ☎0270-62-1311
- 境支所…………… ☎0270-74-1111
- 開庁時間 午前8時30分～午後5時15分
- 災害情報案内(24時間)…………… ☎0180-99-2999
- 救急病院等案内(24時間)…………… ☎0270-23-1299

休日の漏水などの緊急連絡先

道路上から水道メーターまでの間に漏水を発見した場合は、竜宮浄水場(☎24-1760)または下記の指定工事店に連絡してください。

- 2月20日(土) 中西工業 ☎25-5900
- 2月21日(日) 阿久津建設 ☎62-1242
- 2月23日(祝) 豊鉄水工業 ☎32-1526
- 2月27日(土) 高岸設備工業 ☎25-7278
- 2月28日(日) 亀田建設 ☎62-1852



次の地域の連絡先は、以下のとおりです。

- 境島村の利根川右岸地域(本庄市給水区域)
=本庄市水道課(☎0495-22-2151)
- 境平塚の利根川右岸地域(深谷市給水区域)
=深谷市水道工務課(☎048-577-7529)

いせさき情報メールに登録を!

災害・防災情報や地域の防犯情報をメールで配信しています。携帯電話で次のアドレスに空メールを送信して登録しましょう。☎ t-isesaki@sg-m.jp
問い合わせ 安心安全課(☎27-2706)



ごみ分別アプリ「さんあ〜る!」

ごみの分別、ごみ出し日
スマホひとつでスマート管理!
問い合わせ 環境政策課(☎27-2732)



お知らせ

防災行政無線を利用した全国一斉の緊急情報の訓練放送
安心安全課(☎272706)

地震・武力攻撃などの非常時に使用する全国瞬時警報システム(Ｊアラート)の訓練放送を赤堀・境地区で行います。
期日 2月17日(水)
時間 午前11時ごろ

教育委員会協議定例会の傍聴
教育委員会総務課(☎272785)

期日 2月12日(金)
時間 午後3時開始
会場 市役所北館4階会議室
定員 7人(先着順)
申し込み 当日午後2時30分から2時50分までに直接会場へ

国民年金保険料の納付を忘れずに納付方法と前納制度
年金医療課(☎272741)

国民年金保険料は納付期限内に納めましょう。
【納付書で納付】
日本年金機構から郵送される納付書を使って、金融機関・郵便局・コンビニエンスストアで納めてください。

【口座振替で納付】
預貯金通帳、通帳の届け出印、基礎年金番号が分かる物(年金手帳、国民年金保険料納付書など)を持って、金融機関または前橋年金事務所の手続きをしてください。

【クレジットカードで納付】
クレジットカード、印鑑(朱肉を使う物)、基礎年金番号が分かる物(年金手帳、国民年金保険料納付書など)を持って前橋年金事務所の手続きをしてください。

国民年金には、これからの保険料を一定期間分まとめて納めると保険料が割引になる「前納制度」があります。
【納付書で前納】
4月に日本年金機構から郵送される1年前納・6カ月前納用の割引された納付書を使って、納付書に記載された納付期限までに納めてください。申し出により希望する月数分(最大2年)の前納もできます。

【口座振替で前納】
2年前納・1年前納・6カ月前納・早割があります。ほかの納付方法より割引率が高くなります。
【クレジットカードで前納】
2年前納・1年前納・6カ月前納があります。割引率は

前納があります。割引率は

親子ふれあい教室

あずま公民館(☎620115)
期日 3月1日(月)・8日(月)(全2回)
時間 午前10時～10時45分
●午前11時～11時45分
会場 あずま公民館
対象 市内に在住の8カ月以上3歳以下の子どもの保護者



市民サービスセンターをご利用ください

市内2カ所の市民サービスセンターでは戸籍や住民票、所得証明書などの発行や現年度分の納税(納付書が必要)ができます。



▲仕事帰りや買い物の際にご利用できます

業務は年末年始を除く午前10時から午後7時までで、土・日・祝日も利用できます。気軽に利用してください。

- 問い合わせ
- 市民サービスセンター宮子(いせさきガーデンズ内、☎20-7000)
 - 市民サービスセンターあずま(スマーク伊勢崎2階、☎30-7676)

募集

男女共同参画推進協議会委員を募集します
人権課(☎272730)

男女共同参画社会を実現するために、男女共同参画計画や男女共同参画の推進について協議する委員を募集します。

イベント参加・施設利用時は感染症対策に協力してください

イベントなどへの参加や施設を利用する際は、以下の感染拡大防止対策に協力してください。

- マスクの着用
- 小まめな手洗い
- 37.5℃以上の発熱や体調不良の人は参加を控える

感染症の拡大を防止するため、イベントなどを中止または延期、内容を変更する場合があります。最新情報は各担当課へお問い合わせください。市ホームページでも確認できます。

問い合わせ 広報課(☎27-2711)

講座

コサージュ作り教室
茂呂公民館(☎252671)
期日 2月27日(土)
時間 午後1時30分～3時30分



▲出来上がった作品

納付書での前納と同じです。
※口座振替・クレジットカードでの前納を希望する場合は、2月末までに手続きをしてください。
問い合わせ 年金医療課・各支所住民福祉課または前橋年金事務所(☎027-2311706)

会議は必要に応じて随時開催します。
※報酬はありません
委嘱期間 5月1日(土)から令和5年4月30日(日)までの2年間
対象 市内に1年以上在住している20歳以上の市民
定員 3人
申し込み 申込書に必要事項を記入の上、直接または郵送・ファクス・メールで人権課へ
※申込書は人権課にあります。市ホームページからダウンロードもできます
※書類選考し、結果は書面で応募者全員に通知します
宛先 〒372-18501
(住所不要) 市役所人権課、☎(23)68000、jinken@city.isesaki.lg.jp
締切日 2月26日(金)(必着)

活動時間 午前10時～11時
定員 20組(抽選)
参加料 年1500円
●境児童センター
活動日 木曜日
活動時間 午前10時30分～11時30分
定員 7組(抽選)
参加料 年1200円

児童センター・境児童センターの親子クラブ会員を募集
子育て支援課(☎278805)

令和3年度の児童センター・境児童センターの親子クラブ会員を募集します。
各児童センターの行事やボランティア活動に参加して、会員同士の交流を深めてみましょう。
●児童センター
活動日 月曜日

【抽選・説明会を開催】
子どもの保護者は抽選・説明会に必ず出席してください。
●児童センター
期日 3月1日(月)
時間 午後2時開始
問い合わせ 児童センター(☎236463)

●境児童センター
期日 3月5日(金)
時間 午前10時30分開始
問い合わせ 境児童センター(☎209100)

広告のページ

伊勢崎オート 売上金は機械工業の振興・社会福祉の増進などに広く役立てられています
☎24-5780 🌐 <https://isesaki-auto.jp/> ★伊勢崎開催

★サンケイスポーツ杯GⅡレジェンドカップ
2/10・11・12・13・14

◆飯塚オート場外発売
2/15・16・17・18

◆浜松オート場外発売 SG第34回全日本選抜オートレース
2/19・20・21・22・23

催し

季節展「おひなさま」

赤堀歴史民俗資料館
(☎630030)

期間 2月12日(金)から3月21日(日)まで

※月曜日は休館です

時間 午前9時～午後5時

会場 赤堀歴史民俗資料館

内容 昭和初期から昭和30年代までの御殿雛を展示します

入場料 無料



▲豪華な御殿雛

スポーツ

中学校の校庭夜間照明

令和3年度利用団体の登録

スポーツ振興課(☎272747)

令和3年度に中学校の校庭夜間照明施設の利用を希望する団体は、登録をしてください。利用できる施設は次のとおりです。

- 伊勢崎地区Ⅱ第一・第二・第三・第四・殖蓮・宮郷中学校
 - 赤堀地区Ⅱ赤堀中学校
 - 境地区Ⅱ境南・境北中学校
- 利用時間 午後7時～9時
対象 市内に在住または在勤・在学の10人以上で構成された各種スポーツ団体
利用料 1回2200円
申し込み・問い合わせ 2月19日(金)までに直接、伊勢崎地区はスポーツ振興課、赤堀地区は赤堀運動施設管理事務所(☎621930)、境地区は境運動施設管理事務所(☎741113)

皆さんの善意

秘書課(☎27700)

次の皆さんから、寄付・寄贈がありました。ありがとうございました。

●伊勢崎友の会から福祉事業基金へ1万円

●北原陽之助さん(美茂呂町)から広瀬小学校へ図書9冊

●「新型コロナウイルス感染症対策への善意」

●(株)UACJ製箔伊勢崎製造所と(株)UACJ押出加工群馬から市内の小・中学校へ飛沫防止パーテーション40台

動画で見るといせさきで動画を公開中

QRコード
はこちらから動画の視聴

伊勢崎市の魅力や取り組みなどを広く知ってもらうため、市公式YouTubeチャンネル「動画で見るといせさき」を開設し、市ホームページ([URL https://www.city.isesaki.lg.jp/movie/index.html](https://www.city.isesaki.lg.jp/movie/index.html))で公開しています。市紹介動画をはじめ、市内のイベントや祭りの動画、料理動画などの親子で楽しめる動画、新型コロナウイルス啓発動画などを公開しています。ぜひご覧ください。
問い合わせ 広報課(☎27-2711)



地元、いせさきの“旬”をお届け!



いせさき旬コレ

旬の農産物
コレクション

～知ってる?
地元のいい味・この味!～

問い合わせ 農政課 (☎27-2757)

コレクション NO.19

「いせさき白菜 十兵衛」

じゅうべえ



一抜群の甘さと食感を兼ね備えた白菜

一般的な白菜の糖度が5度程度といわれる中、十兵衛は糖度10度以上を品質基準とした非常に甘い白菜で、みずみずしくはじけるような食感も兼ね備えています。

一新種の白菜に改良を重ねて作り上げた十兵衛

市内で白菜農家を営む渡部利明さんは、20年程前に突然訪ねてきた種苗メーカーの社長に新種の白菜の栽培を持ち掛けられました。その白菜の味に魅せられた渡部さんは、種苗メーカーと共同で栽培方法の改良に取り組み、十数年後の平成27年、ついに満足のいく白菜の栽培に成功。それを十兵衛と名付けました。十兵衛は本市のみで栽培され、年間約7,000個しか出荷できない特別な白菜です。



伊勢崎市「農&食」戦略会議
白菜部会

部会長 渡部 利明さん(左)

部会員 大島 清孝さん(右)

一生産者からひとこと

白菜を選ぶときは根元の切り口を確認してください。切り口の面積が広いものは、根

が太く地中からたくさんの養分を吸い上げているのでおいしいです。ことしは冬の降水量が少なかったため、うま味が凝縮された白菜に育ちました。まさに今が旬です。サラダで、鍋で、地元の白菜を味わってください。

編集後記

本市で栽培される農産物やその加工品を紹介している「いせさき旬コレ」。今号では伊勢崎市「農&食」戦略会議の取り組みでブランド化された「いせさき白菜 十兵衛」を取り上げています。取材に訪ねたのは昨年12月中旬。その場で一つ収穫して、そのまま生で食べさせてもらいました。完熟する前であったにもかかわらず、驚きの甘さとみずみずしさ。広報紙の取材では、日常めったにできないことを経験させてもらうことがたびたびあります。取材はいつもわくわくの連続です。(も)



いきいき公民館 自慢の サークル 紹介

第102回
境島村公民館 (☎74-9345)



サークル名 島村囲碁会

- 活動状況は?
▶月2回程度
- 活動場所は?
▶境島村公民館
- メンバーは?
▶15人

私たちは50歳から90歳くらいまでの会員で構成する囲碁サークルです。日頃の活動は会員同士の対戦で、会員の実力に合わせて組み合わせを考えたりハンディを付けたりしています。月1回、サークル内で大会を行い、1人4回対戦して順位付けなどもしています。サークルには囲碁が趣味の人が集まるので、交流や親睦になります。頭の体操にもなるので、活動日をいつも楽しみにしています。

