



(12月22日 幼稚園クリスマス会)

健康

あなたの健康相談室

栄養士・保健師が、健診・検査の結果や、栄養等の健康に関する個別相談をお受けします。

(1回30分)

日時 2月18日(木)・19日(金)

午前9時30分～11時30分

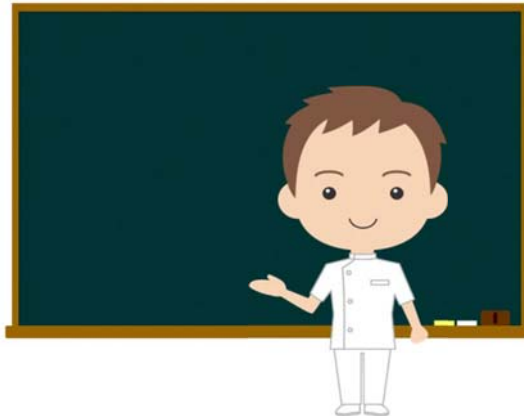
会場 よいたコミュニティセンタ―

定員 各回4名ずつ(要予約)

参加料 無料

持ち物 健診結果など相談に関する資料(お持ちの方)

申込 実施日の2日前まで



こころの相談会

不安で眠れない、仕事が続かないなど、臨床心理士が心の悩みの相談に応じます。

ご家族からの相談も可能です。

日時 ①1月26日(火)

②3月19日(金)

午後2時～4時

会場

①よいたコミュニティセンタ―

②和島保健センタ―

定員 各回2名ずつ(要予約
先着順)

参加料 無料

申込 相談日の5日前まで

※今後、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止・変更となる場合は、申込者の方へお知らせします。

各種健康事業に関するお問い合わせ・申し込みは市民生活課へ

☎ 72・3190

暮らし

「安心連絡システム」をご利用ください

自宅に機器を設置し、一人暮らしの高齢者を24時間体制で見守るサービスです。これによって暮らしが安心して暮らす家族も安心。

対象Ⅱ

65歳以上の一人暮らしの人、または高齢者だけの世帯で緊急時の対応に不安のある人
サービス内容Ⅱ

- ・コールセンターから自宅への月2回の状況確認電話
 - ・病気や怪我で長時間動けなくなったときの自動安否通報
 - ・看護師がいるコールセンターへの緊急通報、健康相談
 - ・火事の時にコールセンターで、もすぐわかる自動火災通報
- (事例)
- ・脱水症状で動けなくなっていたところを安否センサーが自動通報。救急車を呼んで大事には至らなかった。
 - ・鍋に火をかけたことを忘れ、



火災報知器が感知し自動通報。消防車が駆け付け、火事にならずに済んだ。

料金Ⅱ 市民税非課税世帯

月 500 円

市民税課税世帯

月 1,500 円

【申・問】地域包括支援センター
なかのしま・よいた

☎ 61・2600

市民生活課福祉窓口担当

☎ 72・3190

■ 地域委員を公募します ■

長岡市では、市町村合併の協定に基づき、合併後も行政の目が隅々まで行き届くとともに、地域ことは地域で解決でき、安心して生活できる「地域住民と行政が一体となって進めるまちづくり」を行うため、市長の附属機関として地域委員会を設置しています。

令和3年度の地域委員改選期にあたり、市政への積極的な参加を促すために「与板地域委員会」の委員を募集します。

募集人数 = 1名

任期 = 令和3年4月1日～令和5年3月31日まで（2年間）

会議の回数 = 年間6回程度（全体会）、他に分科会等

応募資格 = 原則として、年齢20歳以上で与板地域に住所を有するか、与板地域に存する事業所に勤務する方

報酬 = 会議1回につき9,100円（税込）。分科会等での研究活動1回につき4,500円（税込）

応募方法 = 封書又はEメールで、①住所②氏名③年齢④性別⑤職業（勤務先）⑥電話番号⑦自己PRを記入の上、レポート（800字程度）と併せて提出してください。レポートの内容は「私が考える与板のコミュニティについて」とします。

募集期間 = 2月1日（月）～19日（金）まで（郵送の場合は当日消印有効）

選考結果 = 3月12日（金）までに選考結果を応募者全員にお知らせします。

ご応募
お待ちしております！



【申・問】地域振興課 地域振興・防災担当 ☎ 72・3101 ✉ yit-chiiki@city.nagaoka.lg.jp

令和2年分 市民税・県民税、所得税の申告相談会を行います

◆市・県民税の申告について…【問】市民生活課 ☎72・3160

◆所得税の申告について…【問】長岡税務署 ☎35・2070 (音声案内「0番」)

◆相談期間＝2月16日(火)～3月15日(月)

(土・日・祝を除く)

◆受付時間＝午前8時30分～午後4時

◆相談時間＝午前9時～

◆相談会場＝与板支所2階 第1会議室

◆申告書等関係書類は2月1日(月)から支所ロビーに設置します。

◆持参するもの

- ① 印鑑、筆記用具、電卓
- ② マイナンバーカード又は通知カード等(番号確認書類)及び運転免許証等(身元確認書類)
- ③ 給与や公的年金等の収入があった方は、それぞれの源泉徴収票
- ④ 農業、不動産の収入があった方は、それぞれの収支内訳書(収入と経費がわかる帳簿等)
申告はすべて収支内訳書により行いますので、必ず収支内訳書を記入してお持ちください。
- ⑤ 各種控除を受けるための書類(領収書、各種証明書)
国民健康保険料、国民年金保険料、介護保険料、後期高齢者医療保険料、生命保険料、地震保険料、寄附金等
- ⑥ 医療費控除を受けるための書類(医療費控除の明細書、医療保険者が発行する通知書等)

◆事前相談を実施します

市民税・県民税の申告や所得税の還付申告(医療費控除など)をされる方や、農業所得のある方で相談を希望される方は、次のとおり事前に申告相談を行います。

相談期間＝2月3日(水)～9日(火)(午前9時～午後5時) 会場＝与板支所1階市民生活課市民窓口担当事務室

◆新型コロナウイルス感染症対策のお願い

- 1 申告相談会場へご来場の際は、ご自宅で検温のうえ、マスクの着用をお願いします(少しでも体調に不安を感じる方は、ご来場をお控えください)。
- 2 申告相談会場は例年大変混雑します。市民税・県民税の申告をされる方は感染拡大防止のため、できる限り郵送での提出にご協力をお願いします。

【郵送先】〒940-8501 長岡市大手通1丁目4番地10 長岡市役所 市民税課 宛

◆所得税に関する確定申告相談会場のご案内

所得税の申告(青色)や土地・株式等の譲渡所得、住宅借入金等特別控除、雑損控除(繰越損失等)のある方は支所で受付できませんので、長岡税務署で申告をしてください。

相談期間＝2月16日(火)～3月15日(月)(土・日・祝を除く)

受付時間＝午前8時30分～午後4時

相談時間＝午前9時～ (提出のみは午後5時までに、相談内容が複雑な場合は午後3時までにお越しください。)

会場＝長岡税務署 〒940-8654 長岡市千歳1丁目3番88号 長岡地方合同庁舎3階

【税務署からの重要なお知らせ】

感染症対策の一環として、会場内の混雑緩和のため、入場できる時間枠が指定された「入場整理券」が必要となります。

◆相談日程

期日(曜日)	対象町内
16日(火)	城山、倉谷、柳之町
17日(水)	堤下、横町、蔵小路
18日(木)	上町、安永、中町
19日(金)	江西2・3丁目、船戸
22日(月)	堂前中島町、水道町
24日(水)	南新町、中川岸、北新町
25日(木)	下横丁、五軒町、稻荷町、原
26日(金)	馬場丁、泉丁、長丁、下丁
1日(月)	下与板、本与板
2日(火)	
3日(水)	馬越、岩方
4日(木)	槇原、山沢
5日(金)	
8日(月)	中田、南中、吉津、広野、 蔦都
9日(火)	
10日(水)	
11日(木)	全町内
12日(金)	
15日(月)	

指定された日に都合がつかない場合は別の日にお越しください。

詳しくは市政だより2月号の折り込みチラシをご覧ください

新潟県の最低賃金が改正されました！ パートも！学生アルバイトも適用されます！

区 分	時間額	効力発生日
新潟県最低賃金(新潟県で働くすべての労働者に適用されます！)	831円	令和2年10月1日
電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業最低賃金	908円	令和元年12月31日
各種商品小売業最低賃金	842円	令和元年12月31日
自動車(新車)、自動車部分品・附属品小売業最低賃金	919円	令和元年12月19日



【問】新潟労働局賃金室 (☎025・288・3504)

または 長岡労働基準監督署 (☎33・8711)

つい、うっかり・・・が大きな負担 灯油流出にご注意ください

冬場は、暖房器具への給油の際にホームタンクの灯油が流れ出し、河川等に流出する事故が多発します。

次のことを守って油漏れ事故をなくしましょう。

- バルブを開けたら、その場を絶対に離れない
- バルブはしっかり閉じる
- タンクや配管に破損、腐食がないかこまめにチェックする

油を漏らしてしまったら、応急措置後、すみやかに与板支所又は関係機関に連絡してください。

なお、油流出の原因者には、対策費用や損害賠償の請求が行われる場合があります。



【問】市民生活課環境担当 ☎72・3160

与板地域の人口(令和3年1月1日現在)

※() 前月比

世帯数	人口	男	女
2,279 世帯 (-2)	6,132 人 (-22)	3,026 人 (-13)	3,106 人 (-9)

※外国人世帯・人口を含む

自動車文庫「米百俵号」巡回日程

※2月は巡回を行いません

3月5日(金)

- 10:30~10:50 榎原農村センター
- 11:00~11:15 旧与板公民館黒川分館
- 11:30~12:00 ふれあい交流センター
- 13:10~13:40 与板幼稚園

3月5日(金)

- 13:10~13:40 与板小学校

3月12日(金)

- 13:05~13:20 株中村組
- 13:35~14:00 城山集会所