

今治市合併20周年記念事業が始まります

令和7年1月16日に12市町村が1つの家族になり20周年を迎えます。

1月28日(日)に開催されますオープニングイベントを皮切りに、各地域で様々な行事が行なわれます。詳しくは「今治市合併20周年記念特設HP」をご覧ください。

島コン大作戦 (結果は?)

12月23日(土)、関前地域活性化推進協議会主催の「島コン大作戦」が行われ、出会いを求めて33人の男女が参加しました。

みかん狩りやゲーム、回転自己紹介やフリートークを楽しんだ後、結果発表があり、2組のカップルが成立しました。



栄養教室 (申し込みが必要です)

3月5日(火) 場所 旧小大下老人憩の家

3月7日(木) 場所 大下加工場

〔 時間 9:00~12:00
内容 栄養士講話・調理実習 〕

(持参物) 参加費500円程度・お米50g
エプロン・マスク・三角巾・筆記用具

元気アップ教室 (申し込みが必要です)

2月16日(金) 場所 関前開発総合センター

A ゆったり系 時間 13:50~14:35

B ややハード系 時間 14:45~15:30

※マスク(個人の判断)・汗拭き用タオル・飲み物持参

健康相談にお越しください

日	時	場所
2月20日(火)	14:00~15:00	関前開発総合センター
2月14日(水)	10:00~10:30	小大下住民センター

問合せ 関前支所住民サービス課 TEL88-2111 FAX88-2350

知っておこう。血压のこと

血压とは、心臓から送り出された血流が血管の内側の壁を押し出す力のことをいいます。

血压が高い状態が続くと、血管だけでなく脳や心臓、腎臓などの大切な臓器に負担がかかり、脳卒中や心筋梗塞、心不全、腎不全などの重篤な病気を引き起こすことがあります。

血压を水圧に置き換えた場合の目安

	収縮期血压		水の高さ
Ⅲ度高血压	180mmHg→	2m45cm
Ⅱ度高血压	170mmHg→	2m31cm
	160mmHg→	2m18cm
Ⅰ度高血压	150mmHg→	2m 4cm
	140mmHg→	1m90cm
高値血压	130mmHg→	1m77cm
正常高値	120mmHg→	1m63cm
正常血压	110mmHg→	1m50cm
	100mmHg→	1m36cm

「重症化予防のからだノート」から引用

収縮期血压が180mmHgの場合、2m45cm(一般住宅の天井の高さ)まで押し上げる水圧が、あなたの血管を押し続けていることになります。

まずは自分の血压を知ってしっかりコントロールしましょう。

救急艇の要請は **119**

関前地区の人の動き

(令和5年12月末現在・前月比)

地区	男	女	計	世帯数
岡村	111	137	248	170
小大下	8	13	21	16
大下	21	28	49	32
合計	140	178	318	218
前月比	減1	減1	減2	減1

市・県民税の申告受け付けについて

令和6年1月1日現在、今治市に住所がある方は令和5年の所得（令和5年1月1日から令和5年12月31日まで）の申告が必要です。2月16日(金)から3月15日(金)まで下記の場所で受け付けますので、忘れずに申告してください。

1 申告の必要な方

事業所得者（農業・漁業・商業など）
給与所得者（勤務先から給与報告書が市役所に提出されていない方）
上記のほか、利子所得・配当所得・不動産所得・譲渡所得・一時所得・雑所得があった方
前年中に所得がなかった方（※注1）
市外に居住する人の扶養となっている方

※注1

課税される所得がない方が申告されない場合、所得証明・扶養関係などの証明書が交付できないことや国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の軽減措置が受けられなかったり、一部負担金の割合が増えたりする場合がありますので必ず申告してください。

2 申告の必要がない方

所得税の確定申告をされる方
前年中に給与所得（年末調整されたもの）、または公的年金などの所得（扶養・障がい者・寡婦控除などの所得控除の調整が済んだもの）以外に所得がなかった方

3 受付日程および必要書類

申告の受付場所・日程

地区名	会場	と き	
岡 村	今治市役所関前支所 1階	2月16日(金)～3月15日(金) ※3月15日(金)は午前中	午前8時30分～午後4時30分 (土・日・祝日を除く)
小大下	小大下住民センター	2月29日(木)	午前9時～午後3時
大 下	大下集会所	3月 1 日(金)	午前9時～午後3時

※下記のとおり事前の申告相談を行っていますので、お気軽にお越しください。
関前支所 1階 2月6日(火)から9日(金)までの午前8時30分から午後5時15分

申告に必要な書類

- マイナンバーカード（マイナンバーカードを持っていない方は、通知カードと運転免許証、公的医療保険の被保険者証などの本人確認書類）
- 源泉徴収票（給料・年金・配当など）
- 生命保険料控除・地震保険料控除証明書など
- 社会保険料控除証明書（年金等社会保険料払込額のわかるもの）
- 農漁業や個人事業者の方は、収支計算書など所得の計算に必要なもの（※注2）
- 医療費控除を受ける方は、医療費の領収書（事前に病院別・日付順に集計しておいてください）
または、医療費控除の明細書 ※医療費控除の明細書用紙は支所にあります
- その他所得計算に必要な書類（例 障害者手帳・住宅取得に係る借入金の年末残高等証明書など）

※注2 農業・漁業・自営業など、事業所得のある方は

申告の際には、事業の収入と経費がわかる書類（帳簿など）が必要です。事業の経費となる領収書や農協漁協で発行している購買集計表などを必ずご持参ください。

なお、農協の購買集計表の発行には数日かかりますので、事前に農協に請求し、準備をお願いします。（特に大下・小大下地区の方は早めにご用意ください）

相談・受付・問合せ先 関前支所住民サービス課 TEL88-2111 FAX88-2350