

町徴収嘱託員を募集します

町税の収納率を向上させるために、徴収嘱託員を募集します。主な業務は、町税未納者宅を中心にした訪問徴収や電話催告、納税相談、各種調査です。

職種・募集人員	徴収嘱託員 1名
雇用条件	平成24年4月1日から平成25年3月31日まで（継続雇用あり）
月額報酬	報償230,000円（限度額） （報酬80,000円、報償徴収実績により加算、限度額150,000円）
保険等	雇用保険、健康保険、厚生年金、年休あり
勤務条件	勤務時間 月曜日から金曜日（祝日等を除く） 1日あたり6時間（8時～20時までの範囲）
応募資格	①町税等に滞納が無く、那珂川町内在住者の方 ②町税の収納に理解と熱意のある方 ③自動車運転免許証（普通）を有している方 ④パソコン（ワード初級程度）ができる方
応募方法	役場にある応募用紙に必要事項を記入し、写真1枚を添付のうえ、税務課へ提出してください。
応募期間	1月6日（金）～2月3日（金）
選考方法	2月中旬に応募者に対し面接により選考します。※日程は後日連絡します。
結果発表	2月下旬に本人宛に連絡いたします。
申込・問い合わせ	那珂川町役場 税務課 管理収税係 ☎0287-92-1120

「冷え」を食事で改善しよう
寒い冬、手足が冷たい、肩が寒いなんてことはありませんか。「冷え」を感じる人は、体の中から温めることが大切です。今回は、冷えを改善する食事についてお話します。

●体を温める食材・冷やす食材
食べ物には体を温める作用のあるものと冷やす作用のあるものがあります。

＜体を温めるもの＞
・土の中に生える野菜（人参、ごぼう、芋類、ねぎ類）
・もち米、黒米
・小豆、黒豆
・牛肉、鶏肉、羊肉
・いわし、えび
・香辛料（唐辛子・にんにく・しょうがなど）

＜体を冷やすもの＞
・土の上に生える野菜（レタス、きゅうり、トマト、白菜、キャベツなど）
・大麦、小麦粉
・貝類
・甘い物（砂糖）
・アルコール



●「冷え」の原因を見極めよう
基本的に、冬が旬の野菜や寒い地方の食材、色の濃い食材は体を温める作用があり、夏が旬の野菜や暖かい地方の食材は体を冷やす作用があります。また、砂糖などの甘い物や、アルコールなどは体を冷やす作用がありますので、摂り過ぎに注意しましょう。

●体を温める食事の摂り方
食事の摂り方にも、体を温めるポイントがあります。
・生食やサラダよりも、煮物や汁物で摂る
・たんぱく質、鉄分も合わせて摂る
温かい料理は体の中から温めてくれます。また、たんぱく質は熱源となる筋肉の元となる大切な栄養素です。赤身の肉、レバー、大豆などを主菜として取り入れましょう。さらに、女性の冷えに多いのが、貧血によるものです。赤血球が減少すると酸素の廻りが悪くなり、体を燃焼させることが難しくなり「冷え」を感じやすくなります。貧血の方は、血液の元となるたんぱく質や鉄分を積極的に摂りましょう。



課税・納税等の各種証明書の請求について

住民税の課税（非課税）証明書や納税証明書には、個人の所得や扶養の状況など個人情報が多く記載されています。

住宅の購入や金銭の借入れの際に必要ななど、個人の経済状況に大きな影響を与えることがあるため、本人のみが申請できることになっています。したがって、税の証明を代理で申請する際は、必ず委任状（本人が署名押印したもの）が必要になります。

●証明書の交付申請に必要なもの

申請者	必要なもの
本人	◎印鑑 ◎本人であることが確認できるもの（運転免許証、健康保険証、パスポートなど）
代理人	◎印鑑（代理人のもの） ◎代理人の身分が確認できるもの（運転免許証、健康保険証、パスポートなど） ◎委任状（本人が署名押印したもの）

●委任状は、委任する本人が署名押印してください。

問い合わせ先
税務課 管理収税係
☎0287-92-1120

所得税の確定申告は、「e-Tax」をご利用ください。

＜e-Taxのメリット＞

- ◆国税庁ホームページから電子申告
- ◆最高4,000円の税額控除
- ◆添付書類を提出省略
- ◆還付がスピーディー
- ◆24時間いつでも利用可能



＜ご利用いただく前に＞

電子証明書の取得（手数料が必要です。）やICカードリーダーの購入が必要です。

なお、電子証明書を既に取得されている方は、証明書の有効期限切れにご注意ください。

- もっと詳しい情報はe-Taxホームページ www.e-tax.nta.go.jp へ
- e-Taxの操作に関するお問い合わせは e-Tax・作成コーナーヘルプデスク ☎0570-015901 へ

家屋を解体した場合は減失届を！

被災した家屋の解体も含め、家屋の老朽化や建て替え等で家屋を取り壊した場合には、減失届の提出を忘れずをお願いいたします。

◆問合せ先：税務課 課税係
☎0287-92-1120

ご存知ですか？公売

公売って何？

国税局又は税務署が差し押さえた財産を滞納国税に充てるため、広く不特定多数の買受希望者を募り、入札又は競り売り方法により売却することです。

公売財産や公売予定日等、詳細に関しては、国税庁ホームページ【公売情報】(<http://www.koubai.nta.go.jp>)でご確認ください。詳細な手続については、公売を実施する国税局・税務署にお問合せください。