特に記載がない場合の受付時間は土・日曜日、祝日を除く午前8時30分～午後5時です。申込みの記述がない場合は直接会場へ。費用の記載がない場合は無料です。

税金

固定資産課税明細書・納税通知書の送付および縦覧・閲覧

固定資産課税明細書・納税通知書の送付

毎年4月上旬に送付している固定資産課税明細書（土地・家屋）を、固定資産税・都市計画税の納税通知書と併せて5月上旬に送付します。

※4月以降に税額などの確認を希望する方は、固定資産課税台帳の閲覧を利用してください。

令和5年度土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧

納税者が自分の固定資産とほかの固定資産の評価額を比較できるように定められている制度です。

期　間　4月3日(月)～5月31日(水)（受付け：午後5時まで）

会　場　市役所1階課税課資産税係

対　象　市内に所在する土地・家屋に係る固定資産税の納税者

持ち物

○本人…本人確認ができるもの（運転免許証など）

○代理人…委任状と代理人の本人確認ができるもの（運転免許証など）

※同居家族の場合、委任状は不要ですが、本人確認ができるものが必要です。

固定資産課税台帳の閲覧

固定資産課税台帳に記載された事項（所在地、地積・床面積、評価額など）を閲覧することができます。

期　間　通年（受付け：午後5時まで）

※令和5年度の固定資産課税台帳は、4月3日(月)から閲覧できます。

会　場　市役所1階課税課資産税係

対象と閲覧範囲

固定資産税の納税義務者…本人が所有している固定資産

借地・借家人…借地・借家対象資産

持ち物

○本人…本人確認ができるもの（運転免許証など）

○代理人…委任状と代理人の本人確認ができるもの（運転免許証など）

※同居家族の場合、委任状は不要ですが、本人確認ができるものが必要です。

○借地・借家人…賃貸借契約書または賃貸借関係が確認できる書類、借地・借家人の本人確認ができるもの（運転免許証など）

問合せ　課税課資産税係㊥158

介護保険

介護保険給付費通知を3月下旬に送付

事業所から発行された「領収書」や、ケアマネジャーから交付された「サービス利用票」などと併せて、利用したサービス内容や利用者負担額などに誤りがないか内容を確認してください。

対　象　令和4年12月～令和5年1月に居宅サービスを利用した方（施設に入所している方は対象外）

※市への手続きや利用料の納付などは必要ありません。また、確定申告には利用できません。

問合せ　高齢福祉介護課介護保険係㊥144

介護保険料特別徴収（年金引き落とし）の開始

令和4年度の保険料を納付書や口座振替で納付していた方のうち、令和5年4月の年金から引き落としになる方に、3月中旬以降に「令和5年度介護保険料特別徴収（年金引き落とし）開始のお知らせ」を送付します。

4・6・8月の介護保険料額は、令和4年度の保険料の所得段階を基に仮算出した介護保険料額となります。

※令和5年度介護保険料については、7月上旬に決定通知書を送付します。

問合せ　高齢福祉介護課介護保険係㊥144

健康

令和5年度 羽村市健康カレンダー

令和5年度羽村市健康カレンダーを、広報はむら3月15日号と併せて配布します。保健センターで行う各種健（検）診日程などを掲載しています。

問合せ　成人に関わること…健康課（保健センター内）㊥626／母子に関わること…子育て相談課母子保健・相談係㊥697

令和5年度向け健康づくり標語コンクール受賞作品決定

応募総数12点から、来年度の健康づくり標語を決定しました。ご応募ありがとうございました。

優秀作

「何気ない幸せな毎日ってきっと健康から始まっているのかなァ」／須田進午さん

佳作

「健康は今日も家族の笑顔から」／岩渕菊造さん

「健診で延ばそう　健康寿命」／熊野要輔さん

問合せ　健康課（保健センター内）㊥623

羽村市国民健康保険加入者対象 特定健診結果要医療判定者受診勧奨事業

羽村市国民健康保険加入者で、令和4年度特定健康診査の結果、治療が必要な状態であっても医療機関受診が確認できない方に、市が委託した事業者から受診を勧奨する通知が届きます。早期に受診して、病気の重症化を予防しましょう。

問合せ　健康課（保健センター内）㊥625

胃がん検診・肺がん検診一部自己負担に

令和5年度から胃がん・肺がん検診費用は人件費など、検診委託料の増額のため、一部自己負担となります。

費　用　各500円

※両検診とも生活保護受給者は自己負担なし

問合せ　健康課（保健センター内）㊥626

カラダ塾　ちゃんと満足！糖質控えめメニュー～糖尿病予防～

元気なカラダをつくるための運動と食事について学ぶ「カラダ塾」。糖質を適度に控えるコツや血糖値対策のポイントを紹介します。

日　時　4月19日(水)午前10時～午後0時30分

会　場　保健センター

対　象　市内在住の方

定　員　12人（申込順）

費　用　300円（調理実習代）

持ち物　筆記用具、エプロン、バンダナ、健康手帳（持っている方）

内　容　健康講座、調理実習、個別相談（希望者）

申込み・問合せ　3月16日(木)から、電話、Eメールまたは直接、健康課（保健センター内）㊥625へ

✉s305000@city.hamura.tokyo.jp

※Eメールの場合は、件名を「4月カラダ塾参加希望」、本文に「住所、氏名、年齢、日中連絡のつく電話番号」を記載してください。3日以内に返信がない場合は、問い合わせてください。

東京都理学療法士協会羽村市支部共催 はむら Enjoy ウォーキング

羽村市は、健康づくりにとても良い地形で公園も整っています。住んでいるだけで「健康づくりができるまち羽村」を実感しましょう。

運動を続ける秘訣や運動をする時のポイントを伝授しながらウォーキングを行い、歩くことの習慣化を目的にした教室です。

対　象　運動習慣をつけたい方・医師から運動を勧められている方／全4回に参加でき、一人で1時間以上歩き続けられる方

定　員　20人（申込順）

集　合　保健センター

■はむら Enjoy ウォーキング日程

	期　日	距　離	内　容
第1回	4月16日(日)	約3km	ウォーキングの効用など
第2回	5月21日(日)	約5km	ストレッチと筋トレについて
第3回	6月25日(日)	約7km	体型と姿勢について
第4回	7月23日(日)	約8km	運動継続のコツ

時　間　各日午前9時～正午

持ち物　タオル、飲み物、歩きやすい服装と靴、帽子など

※雨天の場合は、保健センターで実習形式の講義を行います。

※当日の血圧によっては、ウォーキングには参加できない場合があります。

講　師　東京都理学療法士協会羽村市支部理学療法士

申込み・問合せ　3月16日(木)～4月7日(金)に、電話またはEメールで、健康課（保健センター内）㊥626へ

✉s305000@city.hamura.tokyo.jp

※Eメールの場合は、件名を「はむら Enjoy ウォーキング参加希望」、本文に「住所、氏名、年齢、日中連絡のつく電話番号」を記載してください。3日以内に返信がない場合は、問い合わせてください。

状況により、施設が休館したり、事業などが変更・延期、中止になる場合があります。最新情報は市公式サイト・各施設のウェブサイトなどで確認してください。