

# 税の申告は早めです

## 所得税等の申告書作成会場を 会場への入場には入場整理券が必要です

東京国税局(築地)1階に開設

【開設期間】2月16日(火)～3月15日(月) ※土・日曜、祝日を除く(ただし、2月21日(日)・28日(日)は開場)  
【受付時間】午前8時半～午後4時(相談は午前9時15分～)  
※新型コロナウイルス感染症拡大防止対策として、混雑緩和のため会場への入場には「入場整理券」が必要です。入場整理券は、当日、会場で配付するほか、LINEアプリで事前に入手することが可能です(国税庁LINE公式アカウントを「友だち追加」することで、日時指定の入場整理券を手続きが入ります)。

【場所】東京国税局1階(中央区築地5-3-1)  
※ご来場の際は公共交通機関をご利用ください。開設期間中は、税務署内に申告書作成会場はありません。申告書等を作成済みで提出のみの方は、江東西・江東税務署あて第一種郵便物または信書便物にて郵送するか、管轄する税務署の窓口にご提出ください(月々金曜、午前8時半～午後5時)。



▲国税庁LINE公式アカウント

# 介護保険料の納付をお忘れなく

## 新型コロナウイルス感染症 減免申請期限3月31日(水)まで

介護保険料は、皆さんが要支援・要介護状態になった時に利用する介護(予防)サービスの給付に充てられる貴重な財源となっています。

保険料を納めないでいると、滞納期間に応じて介護サービスを利用する際に利用者負担が3割(一定以上所得のある方は4割)に引き上げられ、高額介護サービス費が支給されなくなる給付制限の措置がとられる場合があります。

### 納め忘れにご注意を

年金受給額が年間18万円以上

感染リスクを避けるためにも確定申告はご自宅から

申告書作成会場に向かなくても、国税庁ホームページの「確定申告書作成コーナー」を利用して、ご自宅のパソコンやスマートフォンなどから申告書を作成できます。作成した確定申告書はe-Tax(電子申告)で送信、または印刷して郵送等により管轄する税務署にご提出ください。詳細は国税庁ホームページ(<https://www.nta.go.jp>)をご覧ください。

【問合せ・提出先】  
江東西税務署(猿江2-16-12) ☎(3633)6211(代)  
江東東税務署(亀戸2-17-8) ☎(3685)6311(代)

### 納付が困難な方はご相談を

納付が困難な場合は、分割して納付する方法もあります。

また、新型コロナウイルス感染症の影響により収入が著しく減少したこと等で介護保険料の納付が困難な状況となっている第一号被保険者の方に対する減免の制度もあります。申請期限が3月31日(水)までとなっておりますので、お早めにご相談ください。

### 普通徴収(納付書払い)の方は便利な口座振替で

普通徴収(納付書払い)の方を対象に、介護保険料を指定口座から、毎月末(金融機関の休日の場合は翌営業日)に引落し

# みんなで防ごう、高齢者虐待

## 「しない」「させない」「無視しない」

自分の人生を自分で決め、周囲からその意思を尊重されること、つまり尊厳をもち人生を過ごすことは、介護の必要の有無に関わらず誰もが望むことです。しかし、現実には家族や親族などが高齢者の人権を侵害する「高齢者虐待」が社会的な問題となっております。

### 虐待の自覚がなくても…

「高齢者虐待」は、暴力的な行為だけではなく、暴言や無視、性的ないやがらせやわいせつ行為、必要な介護サービスを拒否しない、世話をしない、勝手に年金等を使うなどの行為も含まれます。また、施設などでの安易な「身体拘束」も虐待になります。

### 介護する方を支援して虐待防止へ

介護をしていると地域から孤立する傾向が見られます。地域に介護の大切さがわかる人や、相談できる関係があることで気持ちや声になりやすくなります。皆さんのひと声で、虐待の抑止につながります。誰にでも起こり得る高齢者虐待を防ぎ、誰もが安心して暮らせるまちをつくりましょう。

### 希望の方には申請書をお送りします

希望の方には申請書をお送りします。ご連絡ください。

介護保険課資格係  
☎(3647)9493  
FAX(3647)9466

### 地域ケア推進課権利擁護係

☎(3647)4324  
FAX(3647)3165

# さあ始めよう！人生会議

## 困ったときには相談しよう

人生会議は、人生の最後の日々を穏やかに、納得のいく形で送るために役立つものです。ぜひ、身近な人や医療・介護の関係者とともに話し合っておきましょう。

話し合うためには、どんな制度があるのか、どういった医療・介護サービスを使うことができるのか知ることが大切です。今回は、困ったときに相談できる場所などをご紹介いたします。

### 長寿サポートセンター

すべての高齢者の方々が住み慣れた地域で安心して生活していただくための総合的な相談機関です。介護や医療の専門的知識を持った職員がご相談に応じます。区内に21か所のセンターがあり、お住まいの住所ごとに担当するセンターが決まっています。相談は無料です。お気軽にご相談ください。

### かかりつけ医

身近な地域で日常的な診療や健康管理を行い、気軽に相談できる医師です。元気なうちから、かかりつけ医を持つことをお勧めします。そして、困ったときにはかかりつけ医に相談しましょう。

### ケアマネジャー

介護サービスを利用している方は、ぜひ担当のケアマネジャーに相談してみましょう。どんな療養生活を送りたいかを一緒に考え、実行していくお手伝いをしてくれます。

### 江東区在宅療養ガイドブック配布中

区では、在宅療養をご紹介する「江東区在宅療養ガイドブック」を作成しました。ガイドブックは、保健所や、長寿サポートセンターなどで配布しています。また、ガイドブックの内容は、区ホームページにも掲載しています。ぜひ参考にしてください。

### 保健所健康推進課

状況や体調により気持ちや考えは変わります。また、時間が経てばご家族の状況や、制度も変わるかもしれません。その都度、話し合っておくようにしましょう。

☎(3647)5889  
FAX(3615)7171