

夜須公民館の催し案内

私にもできる！ピラティス

目指せ！健康力のレベルアップ！

ピラティスは戦争で負傷した兵士のリハビリとして考案された体操です。体幹を鍛えることにより体の歪みを正しい位置に戻し、腰痛などの身体の不調を改善していきます。楽しくチャレンジしてみませんか？

日時 9/7(木)・9/21(木)・10/5(木)・10/19(木)
13:30~15:00 全4回

場所 夜須公民館 和室

●対象/市内在住で全4回すべて参加できる方
※申込者多数の場合は抽選。市外の方は抽選後8/22(火)以降に空きがあれば受け付けます

●講師/安部ひとみさん ●定員/10人

●持ち物/タオル、ヨガマットまたはバスタオル等

●参加費/400円 ●申込み締切り/8月21日(月)17:00

●申込み・問い合わせ/夜須公民館 ☎54-2121

スマートフォンからも申し込みができます！▶

相続おしかけ講座を開催しませんか？

「相続おしかけ講座」とは、高知県が高齢者サロンや自治会などの地域の集まりに講師を派遣し、相続や遺言について分かりやすく説明する講座です。地域の皆さんで講師を招いてみませんか。

■講師 高知県司法書士会の会員である司法書士

■講師料 無料

■申込書配布場所 市役所住宅政策課 ※ホームページからダウンロード可

申込締め切り 講座開催希望日の1ヵ月前まで

■申込書実績報告書の提出先 市役所住宅政策課

※講座の会場設営や運営は申込者が行ってください。また申込者の方には講座終了後2週間以内に、実績報告書とアンケート集計表を提出していただきます。

▼ホームページQR↓

■問い合わせ 市役所住宅政策課 ☎57-7536

高知県土木部住宅課 空き家対策チーム ☎088-823-9858

福祉

■現況届の提出を忘れずに 現況届により8月1日現在の世帯の状況や前年分の所得等を確認し、11月分から翌年10月分までの手当額を決定します。現況届の提出が2年間ない場合は受給権を失うこととなります。

また、手当の受給から5年を経過する等の要件に該当して

いる方には、「一部支給停止適用除外事由届出書」(緑色の用紙)を6月末に送付していますので、必要な書類を添付し、現況届と一緒に提出してください。

※郵送代理人による提出はできません

■現況届の提出期限 8月31日(木)

■提出先 市民保険課

※支所での現況届の提出は受け付けていませんのでご注意ください

■受給者の方へお願い 次に該当する場合は、速やかに届け出をお願いします。

①認定を受けている本人や児童が公的年金を受けるようになった

教育

令和5年度市町村民税額確定に伴う保育料の改定

特定教育・保育施設の保育料は、児童の属する世帯にかかる親権者の市町村民税額の総額により算定しており、毎年9月に保育料改定となります。保育料算定の根拠となる令和5年度の市町村民税が6月に確定したことにより、令和5年9月分と令和6年8月分の保育料の算定を行います。

世帯の市町村民税額の総額に変更があった方は、9月以降の保育料が変更になる可能性がありますので、あらかじめご了承ください(寄附金税額控除、住宅借入金等特別税額控除等は保育料算定には控除されません)。保育料が変更になる方のみ9月上旬までに通知します。

令和5年度の所得の申告はお済みでしょうか？

税の申告がまだの方は9月以降の保育料が算定できず、最高額の保育料を決定する場合があります。現在、無償化対象の方(3〜5歳児、多子、同時入所)も保育料は算定して

高齢者

75歳以上(後期高齢者)の方の医療費について

■医療費が高額になりそうなときは、認定証があれば窓口負担が軽減できます！

医療費が高額になると、自己負担する医療費は法律により限度額が決まられています。医療機関での支払方法は、限度額以上の医療費を一旦支払い、払いすぎた医療費が後で払い戻される「高額療養費制度」と、事前に認定証を取得して、限度額までの支払いをする方法と2つあります。

また、限度額適用・標準負担額減額認定証(住民税非課税世帯)の方のみ、入院時の食事代も減額されます。

■75歳以上の方は、次の認定証の交付を受け医療機関の窓口で提示することで、支払額を自己負担限度額までに抑える方法と2つあります。

②限度額適用・標準負担額減額認定証

①限度額適用認定証

①住民税が課税世帯のうち3割負担の人(課税所得145万円以上690万円未満の人)...

「限度額適用認定証/紫色」

②住民税が非課税世帯の人: 「限度額適用・標準負担額減額認定証/クリーム色」

相談

無料調停手続相談会

調停は裁判所で行われ、皆さんが民事や家事のトラブルで困ったときに、非公開で話し合いによる解決を基本とし、手軽に、早く、安く活用できる制度です。またプライバシーも守られ、調停が成立すれば裁判による判決と同一の効力が生じます。予約不要。当日、直接無料相談会場へお越しください。

■相談内容 民事問題(損害賠償、金銭貸借、立替金、建物明渡・家賃等)や、家事問題(離婚、婚姻費用、財産分与、面会交流、養育費、相続等)などの問題を解決できる、調停制度を活用する

その他

香南市原油価格等 高騰対策給付金

原油価格や電気・ガス料金の高騰の影響を受ける市内中小企業者等に対し、その影響を緩和するとともに、継続的な事業活動の支えを図ることを目的として、「香南市原油価格等高騰対策給付金」を給付します。

■対象 左記のことを満たす、市内で事業を営む法人および個人事業者

●令和5年1月〜8月のいずれかの月(対象月)の燃料費、電気料またはガス代が確認できる書類(帳簿・領収書等の写し)、⑥比較対象月の燃料費、電気料またはガス代が確認できる書類

■申請方法 原則郵送で受け付けを行います。申請書は、本庁舎・各支所、商工会で配布しているほか、ホームページからもダウンロード可

▼ホームページQR↓

■申請期間 8月7日(月)〜11月10日(金)

■問い合わせ 市役所商工観光課

方法について相談に応じます。

■日時 ①9月1日(金)9時30分〜15時30分、②9月29日(金)13時〜16時

※受け付けは①15時②15時30分まで

■場所 高知県民文化ホール 1階 第11多目的室

■相談担当者 民事・家事調停委員(弁護士調停委員を含む)

■問い合わせ 高知調停協会連合会事務局 (高知家庭裁判所内) ☎088-872-7884

※毎週月・水・金曜日9時〜16時

れかの月(対象月)の燃料費、電気料またはガス代が、令和3年または令和4年同月(比較対象月)の同経費と比較して10%以上増加していること

●給付金を事業活動の継続、経営の安定化を図るために活用し、給付を受けた後も事業を継続する意思があること

※農林漁業を主として営む個人および法人(農業法人等)は対象外です

■給付額(定額給付) ●法人等 10万円 ●個人事業者 5万円

■必要書類

①申請書、②誓約書および同意書、③振込先口座がわかる通帳の写し、④事業活動を行っていることがわかる資料(確定申告書の控え等)、⑤対象月の燃料費、電気料またはガス代が確認できる書類(帳簿・領収書等の写し)、⑥比較対象月の燃料費、電気料またはガス代が確認できる書類