

健康手帳

涙目

乾燥した冷たい風が吹くこの季節は、涙が溜まる涙目の訴えが多くなります。涙は上まぶたにある涙腺から常に分泌され、目の表面を潤していますが、乾燥したり冷たい風などの刺激で、涙が反射的に分泌される為に、涙目となるのです。特に涙の分泌が少ないと、目の表面が乾燥してドライアイになり、刺激を受けやすくなります。

一方、涙は目頭から涙道を通して鼻へ抜け

心配な人はかかりつけ医などで受診してください。

ますが、涙道が狭かったり、閉塞していると、刺激がなくても涙目になります。家の中でも涙目で、目のまわりがただれる場合は涙道の治療が必要なことがありますので、早めの眼科受診をおすすめします。

乾燥や冷たい風を防ぎ、涙目の症状が和らぐので、お散歩には眼鏡やマスクをお忘れなく。

前橋市医師会 宮久保純子

老人福祉センター

65歳未満の人は入場料が必要です

おとも老人福祉センター

027-252-3077

紅洋花舞踊シヨ

日時 1月13日(火)午後0時30分

消防音楽隊演奏会

日時 1月29日(木)午前11時~正午

個別相談

日時 1月29日(木)午前11時~正午

ふじみ老人福祉センター

027-288-6113

新春のつどい・大正琴バンド

日時 1月20日(火)午後1時30分

ママとベビーのリラックス

日時 1月16日(金)午前10時30分

一日教室・石鹸で桜を作ろう

日時 1月28日(水)午前10時~正午

対象 11月13日(火)から同館へ

税

税率変更後の消費税確定申告

昨年4月1日から消費税率が5%（うち地方消費税1%）から8%（うち地方消費税1・7%）に変更されました。このため、平成26年分の消費税及び地方消費税の確定申告書を作成するためには、事前に帳簿などで課税取引を適用税率ごとに区分した上で、それを基に計算する必要があります。

詳しくは国税庁ホームページ (https://www.nta.go.jp/) をご覧ください。

前橋税務署 ☎027-224-4371

第3日曜は納税相談窓口

平日に来庁できない人のために、納税相談窓口を開設します。

日時 1月18日(日)午前8時30分~午後4時

会場 市役所

収納課

☎027-898-6233



振替通知書を発送します

昨年1月から12月に口座振替された国民健康保険税の口座振替通知書を1月15日(木)に発送します。なお、車検に該当する車に課税される軽自動車税の通知は6月中旬に送付します。口座振替された市県民税普通徴収分や固定資産税・都市計画税などの納付額は、通帳の記帳などで確認してください。

また、事業所得に固定資産税を必要経費として計上する場合、固定資産税計算書を市役所税証明窓口などで、無料で交付します。4月に送付した納税通知書でも税額を確認できます。詳しくは本市ホームページをご覧ください。

☎027-898-5849

その他の情報

赤城姫・淵名姫募集

赤城山を中心とした本市の観光PRを行う赤城姫と淵名姫を募集します。詳しくは前橋観光コンベンション協会ホームページ (http://www.maebashi-cvb.com/) をご覧ください。

対象 11月21日(水)午前9時30分

人権標語

その言葉 自分におきかえ 考えよう

大胡中2年 永井 利奈さん

1月の各種無料相談

Table with columns: 相談名・問い合わせ, 日時, 会場, 相談名・問い合わせ, 日時, 会場. Lists various free consultation services for January.

\*市民相談 (☎027-898-6100)、DV・セクハラ相談 (☎027-898-6520)、家庭児童相談 (☎027-223-4148)、母子家庭相談 (☎027-220-5701)、女性相談 (☎027-220-5700) は午前8時30分~午後5時15分。教育・青少年相談 (☎027-230-9090) は月曜~金曜の午前9時~午後7時、土曜は午前9時~午後5時。就学に向けての相談 (☎027-210-1234) は月曜~金曜の午前9時~午後5時。

おもちゃの病院

壊れたおもちゃを無料で修理します。日時 1月11日(日) 1月18日(日) 1月20日(火) 午前10時~正午

教育委員会定例会の傍聴

日時 1月14日(水)午後3時 会場 市役所11階南会議室

花燃ゆ記念「市民の茶席」

日時 1月18日(日)午前10時~午後3時 会場 臨江閣本館

市民献血

健康相談と原稿検索がインターネットでも利用できます。アドレスは http://www.raijin.com/kenko/ です。健康相談と原稿検索がインターネットでも利用できます。アドレスは http://www.raijin.com/kenko/ です。