

固定資産税現地調査のお知らせ

問 税務課 固定資産税係
☎476-1111(117・118)

町では、平成33年基準年度評価替えに向けた現地調査を実施します。業務を委託した業者の調査員が下記のとおり現地調査を行います。調査員は街路や地域の利用状況をカメラで撮影したり、地域特性の情報収集に関して、住民の方への聞き取りを求める場合がありますので、ご協力をよろしくお願いいたします。

なお、調査員は町の発行する『土地評価調査員証』を携帯・着用し調査員であることを明確にします。

調査委託業者	南九州鑑定 株式会社
調査目的	平成33年基準年度評価替えに向けた各種資料、図面、データの作成
調査対象範囲	町内全域
調査予定期間	平成30年6月中旬～平成33年3月下旬
調査内容	<ul style="list-style-type: none"> ・街路の幅員、舗装、歩道、勾配、交通規制等の街路状況の調査 ・学校、スーパー、病院、銀行、郵便局、役場など公共施設等との接近の状況の調査 ・土地や建物の利用状況等家屋の疎密度、地域の熟成度、商業的形態の密度、立地形態等の調査

住民のみなさま方のご協力よろしくお願いいたします。

健康かわら版

足腰丈夫でめざせ元気な百歳！

人生百年を生きる時代がきています。おいしく食事が取れる事、動ける足や腰、心地よい眠り、できていますか。健康寿命を延ばして、元気に年を重ねましょう。

私の足腰元気度チェック

- ① 15分位なら歩ける
- ② 2kgの荷物が持てる
- ③ 横断歩道が渡りきれる
- ④ 階段もしくは坂道の上り下りができる
- ⑤ 風呂に一人で入れる

健診を受けて、健診結果の改善に取り組みましょう。

脳卒中になってから「ちよつ、しもた〜」にならないように、塩分、糖分、油(脂)分、加減できていますか。そして、酒はほどほどにし、禁煙できるといいですね。



管理栄養士

食塩を減らす8つのポイント

- ① わさび、にんにく、しょうが、シソ等香辛料を使いましょう
- ② 味噌汁は1日1回、野菜たっぷりですぐいただきます
- ③ 漬物は即席漬けて、サラダ風に
- ④ 酢、レモン等酸味を上手に使いましょ
- ⑤ 煮物料理より炒め物で
- ⑥ しょう油はかけるより、つける方法で
- ⑦ 減塩しょう油の利用も考えましょ
- ⑧ めん類のスープは残す習慣へ

健康食品では、健康は作れません。バランスの良い食事、適度の運動、そして休養が健康を作る大切な要素です。毎食一切れの肉か魚、1日1個の卵、毎食2皿の野菜、美味しくいただきます。

足腰丈夫で、めざせ元気な百歳！できますように。

