

編集・発行 鳥取市国府町総合支所 地域振興課 〒680-0197 鳥取市国府町宮下1221
TEL 0857-30-8652 FAX 0857-27-3064 E-MAIL kf-chiiki@city.tottori.lg.jp

支所・主な施設への直通電話

■地域振興課 TEL 30-8652
■教育委員会分室 TEL 30-8657
■国府図書室 TEL 29-4005
■因幡万葉歴史館 TEL 26-1780

■市民福祉課 TEL 30-8654
■鳥取東保健センター TEL 30-8659
■国府町コミュニティセンター TEL 24-1642

■産業建設課 TEL 30-8656
■東部地域包括支援センター TEL 50-0280
■国府人権福祉センター TEL 27-4774

令和6年1月1日現在(前月比)人口/8,052人(-3)男/3,838人(±0)女/4,214人(-3)世帯数/3,430世帯(+7)

保育園に★

サンタクロースが
やってきた!



12月21日(木)、みやこ保育園とさつき保育園でクリスマス会が行われました。サンタクロースがプレゼントをかかえて来園すると、子供たちは大喜び。お礼にクリスマスの歌を歌って楽しい時間を過ごしました。

国府町内剣道大会



12月10日(日)、宮ノ下小学校体育館で剣道大会が開催され、小学生の部、一般の部合わせて18人が参加し、各部で熱戦が繰り広げられました。大会結果は以下のとおりです。

団体戦

小学生の部 優勝

宮ノ下小Aチーム

伊吹祐輝さん 森木愛結斗さん
住友美沙希さん 伊吹愛美さん

個人戦

小学生低学年の部 優勝 伊吹祐輝さん

小学生高学年の部 優勝 村岡 連さん

一般の部 第一部 優勝 森田文雄さん

一般の部 第二部 優勝 森原萌衣さん

健康
コラム

こんにちは
鳥取東保健センターです!

食べ過ぎていませんか? 果物の適量について

つつい食べ過ぎてしまいがちな果物。

果物にはビタミン、ミネラル、食物繊維などの栄養素が豊富に含まれていますが、中性脂肪や血糖値を上げたり、肥満の原因ともなりやすい「果糖」も多く含まれています。1日の摂取目安量は200g(果物を食べる習慣がない方は100gを目標)です。

朝食時や間食などに取り入れ、冬の味覚を楽しみましょう!

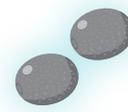


【問い合わせ先】鳥取東保健センター TEL 30-8659

1日の摂取目安量 いずれか1種類程度が目安です!



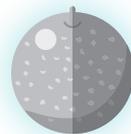
みかん
中2個(240g)



キウイフルーツ
小2個(180g)



バナナ
中1本(160g)



日本なし
1/2個(220g)



りんご
中1/2個(180g)



柿
中1個(150g)

【参考: エネルギー量=正味量で算出: 八訂食品成分表】

所得税・市県民税の申告相談

期 間 令和6年 **2月16日(金)～3月15日(金)**

平日のみ 2月16日(金)～2月27日(火) ▶ **福部会場**
2月28日(水)～3月15日(金) ▶ **国府会場**

鳥取市東部地域での申告相談は、国府町・福部町の総合支所が合同で行います。下記の持ち物をご確認のうえ、ご都合のよい会場へお越しください。

混雑緩和のため **電話での事前予約制** とし、**2月1日(木)**より受付を開始します。

※国府会場の予約専用電話 ▶ ☎ **30-8654** (市民福祉課以外の課での受け付けはしません)

※福部会場の予約専用電話 ▶ ☎ **30-8664**

申告に必要なもの

- ◎ マイナンバー (個人番号) 確認書類 (通知カード、マイナンバーカード)
- ◎ 本人確認書類 (マイナンバーカードを持っていない人は運転免許証、保険証など)
- ◎ 扶養にとる人がある場合、その人のマイナンバーがわかるもの
- ◎ 前回申告でお渡しした利用者識別番号通知書
- 給与・年金などの源泉徴収票や支払証明書
- 営業・農業・不動産所得の収支内訳書 (**混雑緩和のため必ず事前作成のこと**)
※未作成の場合、申告を受けることができません
- 生命保険料、地震保険料控除を受ける場合は保険料の支払証明書
- 医療費控除書類 (**医療費控除を受ける人はあらかじめ医療費明細書を作成のこと**)
- 障害者控除を受ける場合は、その人の障害者手帳
- 障害者手帳をお持ちでない65歳以上の人で要介護認定を受けている人は障害者控除対象者認定書
- 所得税の還付がある場合は、本人名義の振込口座がわかるもの



申告についての詳しい内容は「**とっとり市報1月号**」をご覧ください。

ご注意ください

※誰の扶養にもなっておらず令和5年中に収入がない、または遺族年金・障がい者年金のみの人で、国民健康保険・後期高齢者医療保険に加入している人は、市県民税の申告が必要です。申告がない場合、保険料軽減の算定対象になりません。

※**株式や不動産等の譲渡所得・退職所得・山林所得等の分離課税、新規の住宅ローン控除、損失繰越などの申告相談は** 駅南庁舎の申告会場でお願います。国府会場では行っておりません。

特設人権相談所を開設します

人権問題全般について人権擁護委員が相談に応じます。相談は無料で秘密は堅く守られます。

と き 2月15日(木)13:30～15:00

と ころ 谷地区公民館

法務局においても
毎日(8:30～17:15)
相談に応じています。

専用ダイヤル ※土日祝日は除きます
☎ **0570-003-110**

【問い合わせ先】 鳥取地方法務局人権擁護課 ☎ 22-2289

2月祝日のごみ収集

収集日が祝日にあたる地区のごみ収集については、次のとおりです。

日にち	可燃ごみ 古紙類	資源ごみ・プラスチックごみ ペットボトル・小型破碎ごみ
2月12日(月) 振替休日	該当地区は ありません	お休みします
2月23日(金) 天皇誕生日	収集します	お休みします

2月は筒型乾電池・蛍光灯・水銀体温計の収集月です

2月最初の小型破碎ごみの日に収集します。
他のごみと区別し、乾電池は透明または半透明の袋に入れて出してください。蛍光灯は購入時のケースに入れるなど、壊れないようにして出してください。
～ごみの分別の徹底・減量化にご協力ください。～

税金等
2月の

- 固定資産税 第4期 **納期限 2月29日(木)**
- 国民健康保険料 第9期