



妊婦とそのパートナーの方(浦添市民)	月対象年齢	実施日時	内容
12／16(日) 午前9時～正午			食事と健診結果との関連・食事の選び方・グループワーク 体験コーナー 妊婦体験ジャケット・赤ちゃん人形

■マタニティスクール

浦添市では、生後4か月までの乳児のいる全ての家庭を助産師・保健師・母子保健推進員が訪問しています。新生児訪問は生後2か月までとなっています。赤ちゃんの体重測定、おっぱいの状態の確認、母子保健事業の紹介などを行います。母子保健推進員による訪問は、新生児訪問を受けていない家庭を対象に、母子保健推進員が訪問し子育て支援情報をお伝えしています。事情により、訪問を受けることが困難な方は、市保健相談センター保健係までご連絡をお願いします。

■はぐはぐいだい子育て事業

※乳児健診では事前に整理券の配布を行っています。
※計測や診察はオムツのみで実施します。替えのオムツ、おくるみを持参してください。
※後期(9～10か月児のお子さん対象)の健診終了後、絵本を介して親子のふれあいのきっかけとなるブックスタート事業を行っています。

■乳幼児健康診査のお知らせ

※ゆつくり講話を聞くためにお子さんは預けて来ていただくことをお勧めしています。
※予約受付期間は各スクール実施日の1か月前から3日前までとなります。市保健相談センターまで電話予約をお願いします。

月対象年齢	実施日時	内容
乳児の月齢(浦添市民)	12/21(金) 午後1時～1時30分	離乳食についての講話・デモンストレーション。試食保護者のみ
5か月～8か月の乳児を持つ保護者	午後1時30分～4時	

■ベビースクール

●C型肝炎特別措置法に基づく請求期限の「延長」等について
広報10月号15ページにて標題の件の請求期限を平成25年1月15日までお知らせしましたが、この度、C型肝炎特別措置法の一部改正法が交付・施行され、請求期限が平成30年

■集団予防接種のお知らせ

●BCG集団予防接種のお知らせ
実施日 12/11(火)
対象年齢 生後3か月～6か月未満
受付時間 午後2時～4時
整理券交付時間 午後1時から場所 市保健相談センター
※予防接種を受けるときは必ず、市から届いた予防票と親子(母子)健康手帳を持参ください。

1歳6か月児健康診査	通知対象者	受付時間	実施日
1歳6か月児		午後1時15分 ～2時15分	12/12(水) 12/13(木) 12/16(木)
3歳児健康診査	通知対象者	受付時間	実施日
3歳6か月児		午後1時15分 ～2時15分	12/12(水) 12/19(水) 12/5(水)

〈健康シリーズ〉178

インフルエンザを予防しましょう！

毎年12月頃から3月頃にかけて、季節性インフルエンザが流行します。インフルエンザは、普通の風邪とはウイルスの種類が異なり、高熱が出るだけでなく、場合によっては重症化、合併症を引き起こす恐れもあるため、体力のない高齢者や乳幼児は特に予防対策、かかったときの対応が重要となります。皆でインフルエンザの予防に努め、流行を防止しましょう。

【インフルエンザの予防】

◆感染経路を断つ

- ・人ごみを避ける…病原体であるウイルスを寄せ付けないようにしましょう。
- ・外出時はマスクをつける…感染した人では、咳やくしゃみの飛沫から他人に感染するのを防ぐ効果もあります。
- ・うがい、手洗いを忘れない…手洗い、うがいは接触による感染を防ぎます。
- ・適度な湿度(50～60%)を保つ…ウイルスは低温、低湿を好みます。加湿器などで室内の適度な湿度を保ちましょう。

◆抵抗力をつける

- ・十分な睡眠、バランスよい食事、適度な運動…抵抗力を高めることで感染しにくくなります。

◆免疫力をつける

- ・予防接種を受ける…感染予防には、毎年の接種が効果的です。

【インフルエンザにかかってしまったら】

水分を十分に補給し、安静にしましょう。早めに医療機関を受診し、治療を受けましょう。

■健康チャレンジ手帳配布しています。
正月太りにご注意ください！もつすく

クリスマスやお正月…うちなー重箱のカロリーやジュースに含まれるお砂糖の量の資料も充実しています。家族の健康を守るための参考にしてみませんか？
配布場所 市保健相談センター

市税だより



問い合わせ

- 個人および法人市民税、軽自動車税等の賦課に関すること・・・市民税課
- 固定資産税(土地、家屋および償却資産)の賦課に関すること・・・資産税課
- 市税の徴収や納税相談等に関すること・・・納税課

☎ 8 7 6 - 1 2 3 4

内線 (2211～2217)
内線 (2261～2265)
内線 (2315・2318)

今月の市税だよりは、納税推進強化月間についてお知らせします。

11月・12月は「納税推進強化月間」です。

市税の納め忘れはありませんか？

浦添市では税の公平・公正を確保するため、11月と12月を「納税推進強化月間」として、沖縄県と共に市税の納付推進を強化しています。市税は住み良い浦添市をつくるための貴重な財源です。これまで繰り返し納税の呼び掛けをしても、納めていただけない方に対しては、沖縄県と連携し、滞納整理(財産調査や差押えなど)を進めていきます。

市税を滞納すると、法律の定めにより**年14.6%の延滞金**が加算されます。また、納期から20日以内に督促状が発送され、以降は**督促手数料100円**も合わせて納付していただきます。

度重なる納付の呼び掛けにもかかわらず、納付・ご相談がない場合には、**やむを得ず財産の差押え**を実施することになります。

※市税を納付していない方は、早めの納付をお願いします。事情により納付ができない場合は、滞納のまま放置せず、お早めにご相談ください。

休日納税相談窓口を開設中

「納税推進強化月間」中は休日納税相談窓口を開設しています。平日はお仕事などにより、納税相談ができない方は、是非お気軽にご利用ください。休日納税相談窓口では、市税を納付していただくこともできます。ご相談を予定される方は、事前に納税課までお問い合わせください。

※対象は、市県民税、固定資産税、軽自動車税です。

日 時：平成24年11月・12月の毎週 日曜日(平成24年12月30日を除く) 午前9時から午後5時まで

場 所：浦添市役所 本庁舎2階 納税課窓口

市税の納付には便利な口座振替を是非ご利用ください

「うっかり忘れ」を防ぐことができ、一度手続きをすると、口座が解約されない限り毎年自動的に引き落とされます。

■申込方法

- ・①納税通知書、②預金通帳、③通帳印を持って金融機関窓口でお申込みください。
※ゆうちょ銀行では、納税通知書の口座振替依頼書での申込みはできませんので、ゆうちょ銀行に備え付けてある依頼書でお申込みください。
- ・振替のできる金融機関
琉球銀行、沖縄銀行、沖縄海邦銀行、コザ信用金庫
沖縄県労働金庫、沖縄県農業協同組合、ゆうちょ銀行

■注 意 点

- ・お申込みから振替開始まで、1～2か月程度かかります。
- ・残高不足にご注意ください。残高不足の場合の再振替はできません。
- ・第1期から第4期までの納期以外、随時の納期分および滞納税の口座振替はできません。

**12月25日は
固定資産税 第3期
の納期です。**