



# 上田市信息

2015年 3月 No. 35  
发行：上田市市民课  
电话：23-5334

## ☆一人一号码制度（マイナンバー制度）社会保障・税番号制度将开始了

一人一号码的制度是对所有有住民票的居民一人给一个十二位数的号码，在社会保障、税、灾害对策等方面能确切地把握大家每一个人的情报，把多个机关里存有的个人情报合在一起、作为可确认的一统一的情报来确认而导入的新制度。

### ◆10月份给每个人发一人一号码制度（マイナンバー制度）的通知。

- 向住民票的居住地址邮寄一人一号码制度（マイナンバー）的通知卡。
- 通知卡记载有姓名、居住地址、出生年月日、性别及你的号码（マイナンバー）



- 接到通知的人，把一起邮来的申请表返送了，就能进行“个人番号卡”的发行申请。

### ◆个人番号卡

- 能作为身份证明证用以外，带有 IC 芯片、能进行 e-Tax 为首的等行政手续可能利用的预定。
- 平成 28 年 1 月以后能发放给个人。

### ◆平成 28 年 1 月开始在社会保障・税・灾害对策等领域开始可利用。

- 年金、雇用保险、医疗保险的手续、生活保护和福祉的发放、税的确定申请的手续等限定在法律规定的实务中能进行利用。
- 民间的事业主在社会保障、税的源泉征收等实务中限定在法律规定的范围中，也能利用个人番号（マイナンバー）。

### ◆在法律规定的目的以外的利用、向他人提供个人番号（マイナンバー）的信息是不允许的。

- 个人番号（マイナンバー）的不正当搜集，没有正当的理由向他人提



供个人番号，会受到法律的处罚。

- 为保护个人番号（マイナンバー）的个人情报，采取了多种多样的保护对策。

### ◆个人番号能提高行政工作效率和提高国民的便利性，个人番号是实现公正、公平社会的基础建设。

1. 提高市民的便利性——能使复杂的手续简单化  
办申请手续时可省略原来是必需附上的证明等，使行政手续简单化，能有效减轻行政服务的工作负担。
2. 实现公正、公平的社会——实施分细得了的社会支援  
容易把握各个人的收入、享受其它行政服务的情况，能有效地防止逃税、不正当的行政发放等不良事件的发生，同时也是能进行分细得了的社会支援所必要的。
3. 提高行政效率——使行政手续能顺利地进行  
国家的行政机关、地方的团体组织等，复数的事务之间的联系畅通了，各种各样的情报核对、填写等花费的人力、时间被大大地削减的同时，各种手续又能更正确地进行。

### ◆个人番号的查询电话中心——由政府内阁府掌管运行！

全国统一的语音自动导向电话，0570-20-0178 9：30 至 17：30（周日周六和节假日除外）

### ◆社会保障・税番号制度

- ◇ 请阅览政府内阁官房网页的«社会保障・税番号制度»部分。
- ◇ 市也有举办一人一号码制度（マイナンバー制度）的现地讲座，请大家积极利用。
- ◇ 一人一号（マイナンバー制度）是一生都能使用的、请大家要很好地使用。

## ☆超使用期的乘用车的汽车税增加的比例改变了

新车登录后使用超过 11 年的使用柴油的车和使用超过 13 年的使用汽油的车，27 年度以后自动车税的税额 10% 的增加将更变为 15% 的增加。关于此制度的详细情况请向驻长野县厅税务课询问。

询问：长野县厅税务课 TEL026-235-7051

## 夜间和节假日的紧急医询问

中央消防署 TEL26-0119 南部消防署 TEL38-0119 东北消防署 TEL36-0119 川西消防署 TEL31-0119



◎市营住宅 3 月期的入居者募集

将对在上田市市营住宅的 3 月期入居者进行募集。

**募集的住宅区** 2 月 16 日的周一以后在市的网页等进行公布。

**募集申请期间** 3 月 4 日的周三至 11 日的周三向市住宅课或丸子、真田、武石地区的自治区中心申请。8 日（星期日）12:00 至 16:00 市住宅课办理休息日的申请。

**入居者的决定方式** 3 月 18 日（周三）在市役所南大楼 5 楼会议室举行公开抽签。

当申请的户数少于募集住宅个数的住宅区，有按申请的前后顺序办理的可能性。

其它，母子·父子家庭、老年人家庭和障害者的家庭等满足一定条件的家庭、能根据优先条件的申请资格进行申请。但请注意优先条件申请资格不是保证能迁入条件。

讯问处 市住宅课 TEL 23-5176

◎为了有利于提高上田城跡公园利用的便利性

**决定撤除青少年ホーム、城跡公園プール（游泳池）的建筑，停止对外开放的服务。**

作为工作的青少年的交流场所建成的“勤劳青少年ホーム”和作为夏季市民休憩场所建成的“城跡公園プール（游泳池）”，为了有利于提高上田城跡公园利用的便利性，根据史迹上田城跡整备基本计划，将建停车场和多目的广场，由于此整备工程的进行，以上所述建筑 3 月 31 日为止将被撤除。真诚地感谢长期以来广大市民的利用！平成 27 年度内将对设施的建筑物进行解体 and 撤除，并完成停车场和多目的广场的建设和整备，预定在年度内完成向对广大市民和观光者们开放的工作。

询问：勤劳青少年ホーム、上田市雇佣促进室 TEL26-6023 プール上田市スポーツ推進課 TEL23-6372

◎请尽早进行摩托车和轻型汽车的废车、名义变更手续

询问：轻型汽车的税市税务课（TEL 23-5169），普通车辆的税上小地方事务所税务课（TEL 25-7117）

普通车辆税和轻型汽车税是向每年 4 月 1 日时车检等记载的车辆产权名义人或使用人课税的。车辆已移开了你，但没有进行废车、名义变更等的必须的手续时，请注意是要继续向名义登录人课税的。

各类车辆手续办理窗口

车种	窗口
①原付摩托车和特殊的小型车辆	市役所的税务课和各自治中心
②125CC~250CC 的摩托车	轻自动车协会（电话 026-243-1967）
③250CC 以上的摩托车和一般汽辆	长野运输支局（电话 050-5540-2042）
④轻型汽车	轻自动车检查协会（电话 050-3816-1854）

※ 第②③④项，长野县自家用自动车协会上小支部（电话 22-0595）、依田窪支部（电话 42-2758）也能办理。

◎募集农家活的帮手（帮助进行综合性的农业生产） 询问：上田市农政课 TEL 23-5122

召开募集农家活帮手的说明会，对农业有兴趣者、想利用休息的时间干一下农活试试看的人们等，欢迎大家来参加本次说明会。（不需要申请，直接去会场自由参加）

日期：3 月 11 日（周三），13:30 开始 地点：JA 农产物流通中心（地址 殿城 80）

◎向单亲家庭的孩子赠送庆祝入学・毕业的礼品

向今年 3 月中学毕业或今年 4 月将小学入学的向单亲家庭的孩子赠送礼品（图书券）。请符合以上所述条件者请电话向上田市子育て・子育て支援课联系，电话 23-5106。

受理期间：2 月 16 日（周一）至 3 月 13 日（周五）



饮食营养情报专栏之三

⑧四大食品群的第四群的粮食类（米饭、面包、面食等）、糖、油脂

第四群是成为人们能源源泉的食品，含有大量的碳水化合物和脂质，特别是碳水化合物中含有的葡萄糖是脑唯一的能源供应源，吃下去的约一半是供应给脑使用的。小孩在玩耍时都要使用脑的，可见饮食很重要。当今成人的 20 年代、30 年代的年轻人不饮早餐的人占很大的比例必须引起大家的注意，要认识吃早餐后葡萄糖将供应给大脑、这点十分重要。因第四群的食物是人们能源的源泉，所以说摄取量根据个人的体格、性别、年龄、生活习惯等，适合一个人一个人的量是不同的。

⑨作为能源供应源的营养素（碳水化合物、油脂、蛋白质）

食品中含有的营养素有碳水化合物、油脂、蛋白质、维他命、矿物质等，这里面可作为能源供应源只有碳水化合物、油脂、蛋白质，这三大营养素。

人们一天所需要的能源，这三大营养素的分配比例大致为碳水化合物 60~65%、油脂 20~25%、蛋白质 10~15%，如果这个平衡被打乱就会容易患生活习惯病，所以说以上的比例平衡很重要。前面已介绍过的牛奶、蛋、肉、鱼、蔬菜、水果、海草、谷物等的 1 至 4 群的食品的基准需要量，都是根据营养素的分配比例来决定的。

☆请申报市民税、县民税、所得税及复兴特别所得税

市民税、县民税、所得税及复兴特别所得税的申报和咨询已开始受理了。申报是为了能正确课税重要的手续，请大家不要忘记去办理申报手续。

•申报的询问和受理期间：2月16日（星期一）至3月16日（星期一）（除星期六、日除外）。所得税的退税手续在受理期间前也可办理。

☆平成27年度市・县民的申报

○申报和咨询的地点

- サントミューゼ（从本次起成为主要地点）
- 丸子・真田・武石的地区自治中心
- 其他的临时会场请查看市・县民税的申报的手册
- 申报会场会很混杂，建议大家利用邮寄的方式提出申报。
- 市・县民的申报会场也能进行简单的确定申报，但青色申报、住宅借款除控的第一年、土地等的转让所得、股票买卖、信用买卖、损失和利益的申报，还有山林所得、杂损除控等是必须去税务所申报的。

○没有收入也要进行申报吗？

市・县民的申报是国民健康保险费、后期高龄者医疗保险费、护理福祉保险费等确定计算时要使用的。如不进行申报有各种各样的的行政服务不能被享受的可能性，所以即使没有收入也必须进行申报。

○不要忘记医疗费除控等的申报！

已申报完所得税和复兴所得税者，就是税额为零者不需要确定申报者，市县民税的除控额的不同有可能产生要纳入税的结果。这种情况下，根据医疗费除控、抚养除控、寡妇（夫）除控等的申报，会有市县民税减轻的可能性，所以请不要忘记医疗费除控等的申报。

○不需要确定申告的人员

1月1日（赋课的日期）现在在市内居住者，需要进行市县民税的申报。但符合以下条件者，原则上可以不进行申报。

1. 已提出了所得税及复兴特别所得税确定申告的人员。
2. 只有一处工资收入的人员，所在的工作单位已向上田市提出了支付工资报告书的。
3. 只拿公共养老金的人员，没有其它的收入，并符合以下条件之一者
  - 65岁以下、一年公共养老金合计少于101万五千日元的。
  - 65岁以上、一年公共养老金合计少于151万五千日元的。
4. 平成26年中没有收入，同一家庭成员中在税制上属于抚养家属者。

☆平成26年度所得税和复兴特别所得税的确定申报

○申报和咨询的地点：上田税务署

- 必须进行申报的人员（例子）
- ①营业、农业、不动产等的收入合计额超过各种除控合计额的人员。
- ②工资的年收入超出2000万日元的人员。
- ③工资的年收入以外的收入超出20万日元的人员。
- ④有两处以上工资收入者，工资以外的收入和没有进行年末调整的金额合计超过20万日元的人员等。

○关于复兴特别所得税 从平成25年至平成49年为止的各年度规定所得税和复兴特别所得税合在一起申报和交纳。复兴特别所得税的税额是这年的所得税的税额乘2.1%来算出金额的。请不要忘记复兴特别所得税记载栏的漏填。

○拿公共养老金的人员 公共养老金的合计金额等的年收入在400万日元以下、而且公共养老金以外的收入没有超出20万日元的人员不需要进行所得税和复兴特别所得税的申报（有享受退税时要申报）。其它有要进行市・县民的申报的可能性。

○能在家做成确定申告！请利用国税厅的网页的【确定申告书等的制作栏】，做成了的确定申告书在家里打印出来邮寄出去或利用国税申告和纳税系统Tax进行数据送信的提出。

◆税务士的免费申报咨询和开设记账・青色咨询角

	税务士的免费申报咨询会	开设记账・青色咨询角	
期间	2月2日（周一）至3月12日（周四） 除星期六、日及节假日以外	3月2日（周一）至4日（周三）	3月9日（周一）至13日（周五）
时间	9:00至12:00    13:00至16:00	10:00至11:30	13:30至15:00
场所	上田税务署	サントミューゼ	上田税务所署

夜间和节假日的紧急医询问

中央消防署 TEL26-011 上田南部消防署 TEL38-0119 上田东北消防署 TEL36-0119 川西消防署 TEL31-0119

☆介绍今年春季开学、老年人可以去学习、上课的场所

大学名	上田市			长野县
	ことぶき大学	ことぶき大学院 (研究生院)	高齢者学園	シニア大学
特征 学习内容	上午学习自然、文学、历史等一般教养课程，下午分8个俱乐部分别学习。一年中有一次二日住一晚的研修活动。	分文科、自然领域的专业进行学习，二年级时提交小论文，授予《学士学位记》。有研修旅游。	有关于健康的讲座、技能学习、有关时事问题的探讨等，还进行俱乐部、课外活动等，有研修旅游。	教养、技能（关于健康、兴趣等）和实践等，可以学习的覆盖面很广，有学生自治会活动等，有研修旅游还有多种活动。
修完 所需年数	4年 每月一次，主要在周五	2年 每月一次	3年 年17日左右	2年 年17日左右
地方	①中央公民馆 ②上田创造馆	中央公民馆	高龄福祉中心及其它的场所	上田合同厅
入学资格	上田市在住60岁以上者，ことぶき大学的毕业生和与其它学校一起申请是不可以的，在籍生也不能入学。	上田市在住60岁以上者，ことぶき大学、シニア大学、高齢者学園的毕业生，含本年度毕业预定者和一般的短大、本科的毕业生。	上田市在住60岁以上者，当定员有宽裕时平成23年度以前的毕业生可再入学。和与其它学校一起申请是不可以	大致60岁以上者，当定员有宽裕时平成24年度シニア大学以前的毕业生再入学许可。
募集人数	①50名 ②30名 ①②都是申请者超出定员时要进行抽签	文科、自然领域各先报名前30人。	先报名前的70人	80人
学费	年1000日元 (俱乐部活动费、研修住宿等要自我负担)	年1000日元 (学年经费1000日元、研修等要自我负担)	免费 (教材费的一部分、研修住宿等要自我负担，其它入学时的一次性要交1500日元)	年8500日元(预定) (教材费和自治会会费要自我负担)
报名	①②都是3月13日周五为止，9:30至10:00之间由本人向中中央公民馆申请。	2月2日至27日休假日以外的日子，由本人向中中央公民馆申请。	2月2日至28日高龄福祉中心或社会福祉协议会或地区的自治中心申请。	2月2日至27日向上田保健福祉事务所福祉课或地区的自治中心或公民馆申请。
询问	① 中央公民馆 TEL220760 ②城南公民馆 TEL277618	中央公民馆 TEL220760	高龄福祉中心 TEL224199	上田保健福祉事务所 福祉课 TEL257124

☆上田市役所开设【临时服务窗口】

3月、4月是搬家、工作移动等需要办理各种手续的繁忙时期，为在此期间很好地为广大市民服务，特开设可办理各种行政服务的【临时窗口】。

地方	市役所主行政大楼一楼和北行政大楼一楼	丸子地区自治区中心
期间	3月21日(周六) 至4月3日(周五)	3月28日(周六) 3月29日(周日)
时间	平日: 8:30至19:00 周六、周日和节假日: 8:30至17:15	8:30至17:15

☆请大家不要忘记水痘和肺炎球菌的预防接种!

关于平成26年10月1日开始成为定期预防接种项目的水痘疫苗(小孩)和肺炎球菌疫苗(老年人)的预防接种，已成为本年度的对象者请注意，本次的对象能接种的期间(平成27年3月31日为止)离规定的最终期限已近了，请对象者注意不要错过这两种定期预防接种!

◆接种项目/对象/费用

- 水痘疫苗(小孩)/3岁至5岁的孩子，没有得过水痘者且是第一次接种的水痘疫苗的孩子/免费
- 肺炎球菌疫苗(老年人)/平成26年度满65岁、70岁、75岁……100岁(以5岁为一阶梯)和100岁以上的人、要求接种肺炎球菌疫苗者，且是第一次接种肺炎球菌疫苗的老年人/费用2000日元。

询问: 上田市健康推进课: TEL28-7124 及丸子保健中心 TEL42-1117、真田保健中心 TEL72-9007、武石保健中心 TEL85-2067