



上田市信息

2012年6月 No.18
 发行：上田市民课
 电话：23-5334

◎平成24年度市税等的缴纳期预定表

分区	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
固定資産税 都市计划税	1期			2期					3期		4期	
市县民税 (普通征收)			1期		2期		3期			4期		
小型汽车税		全期										
国民健康保険税 (普通征收)				1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期
后期高齢者 医疗保险料				1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期
看护保険税 (第一号被保険者普通征收)				1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期
交纳期限	5月 1日	5月 31日	7月2 日	7月 31日	8月 31日	10月 1日	10月 31日	11月 30日	12月 25日	1月 31日	2月 28日	4月 1日

◎【后期高齢者医疗制度】保险费改定的通知

询问：市国民年金课 TEL23-5118 长野县的后期高齢者医疗广域连合 TEL026-229-5320

后期高齢者医疗制度的保险费是根据今后预测的医疗费实情等，每2年要对此做出修正的。

因预测平成24、25年度的医疗费会比22、23年度有所增加，[长野县的后期高齢者广域连合]对后期高齢者医疗制度的保险费进行了改正（广域连合引入剩余金和财政安定化基金进行合算的制度，对保险料的增加进行抑制）。

	改正后	改正前
平均额	38239 日元	36225 日元
占所得的比例	7.29%	6.89%



后期高齢者医疗保险费的具体计算法

平均金额	+	占所得比例的金额	=	每人的保险费金额
38239 日元		(前一年总收入-33万) × 7.29%		(上限度 55 万日元)

关于保险费从年金扣除的被保险人，作为不确定征收4月、6月、8月的保险费和23年度2月的保险费同额从年金中扣除。

◎儿童津贴制度有更变

平成24年4月开始“孩子津贴”改名为“儿童津贴·特例发放”。发放的津贴额没有变，但6月份开始将引入收入限制的制度，关于具体的制度请查看上田市的网页或可进行电话咨询。

询问：市子育て·子育て支援課 TEL23-5106

◎ 6月8日将对2、3月及4、5月的孩子津贴进行发放，按照以前规定的金额汇入您被指定的账户，请对您账户的孩子津贴额进行确认。

◎ 6月上旬向各家各户邮送【现况报告书】，请注意这是领取“儿童津贴·特例发放”的必须手续，请您提出必须的文书资料、完成手续的办理。

夜间和节假日的紧急医询问

中央消防署 TEL26-0119 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

◎能体验三个森林 ***参加本活动是免费的***

愉快地步行！染屋台的绿色地带 (询问：市公园绿地课 TEL23-5134)

在初夏美丽新绿中，漫步在美丽的绿色地带、染屋台的三个森林，能对上田市街的宝贵绿色财产的进行重新认识。欢迎带孩子参加，同时对【家乡山林建设的志愿者】进行募集，欢迎大家踊跃加入。

日期：5月27日（星期日）9：00至13：00（8：40开始进行办参加手续，小雨照常举行）

集合处：中央公民馆的正门大厅前

行走路径：中央公民馆→押し出しの森→英神社→染屋の森→北沢の森→上田東公園→常田池→北沢の森（午餐）→中央公民馆（全程大约6公里）

定员：50名 携带物品：自备午餐及饮料、下雨时用的雨衣等。

报名：5月23日止用电话向公园绿地课申请，要求申报住址、姓名、电话号码等。



◎第18次上田市民田径赛运动节 参加者的募集

在菅平高原的运动赛场举行田径比赛纪录大会。你想在通透美丽的高原上进行愉快的田径比赛吗？

◆时间：6月10日星期日上午8点开始报名

◆地点：菅平高原的运动场（スポーツランドサニアパーク菅平）

◆对象：市内的中小学生、市内在住或在学的高中生、除大学生外的一般男性和女性。

- ◆比赛项目：
- ①小学一年级至三年级学生 500米、1000米
 - ②小学四年级至六年级学生 100米、1000米、跳远、投软式球
 - ③小学二年级至六年级学生 4×100接力赛（可男女混合）
 - ④中学生 100米、1500米、跳远、铅球、4×100接力赛
 - ⑤一般男性和女性 100米、1500米、跳远、铅球

◆参加费：500日元

◆申请方法：至5月15日止填好比赛项目等必要的事项、带好参加费向市运动推进课或丸子体育馆或真田、武石教育事务所申请。（询问：运动推进课 TEL23-6372）

◎在上田市召开对日语交流有困难的外国籍居民的法律咨询会（7月29日 星期五）

有专业的律师对你提出的劳动问题、金钱问题、亲权问题、遗产继承问题等进行解答，对有翻译要求者给以安排翻译的服务，全服务都是免费的，每人的咨询时间大致定在30分钟以内，但要事先预约。详细的介绍请查阅以下网页 <http://www.pref.nagano.lg.jp/kanko/kokusai/tabunka/horitu/horituh.htm>、或上田市的中文网页。

◎6月是环境月，乘此东风改善我们的日常生活方式

让节电[节省能源]和利用自然能源发电[创造能源]走进我们的生活！ ※询问：市生活环境课 Tel:23-5120
节约能源 改进生活方式，节约用电

省电的秘诀 十二条 [夏天版]

1. 尽量利用绿化窗帘等来遮住太阳光，提高空调的冷房设定温度
2. 减少空调的冷房使用时间
3. 进行提高空调设备的室外机等的周围通风程度、遮住阳光等，来提高空调设备的热交换效率
4. 早睡早起，充分利用早晨凉快的时间
5. 在着装方面利用凉快的素材来降低体感温度
6. 尽量减少冰箱门的开打，要杜绝不必要的冰箱门开打。其他要注意，缩短冰箱门开打时间和调低设定温度
7. 把设定温度从强降到中、并注意冰箱内的储存物不要塞得过满等
8. 提高冰箱周围通风程度，如和墙保持一定的距离、不要在冰箱周围贴东西等，提高冰箱的散热效率
9. 温水冲洗便坐要切断便坐的保温开关，并把温水温度尽量地调低
10. 利用洗衣机时缩短脱水时间、不用烘干机要利用自然光晒衣物
11. 可利用洒水的方式来降温
12. 用多吃夏天的蔬菜来提高体质对抗高温的天气

创造能源 请利用太阳能发电系统（您知道以下的情报吗？）

- 上田市的日照时间在全国的最高圈之内，很适应利用太阳能发电系统
- 对安装太阳能发电系统的输出上限补助金进行了扩充
- 对安装太阳能发电系统的家庭能获得市、国家双方面的补助金
- 对安装太阳能高效益热水器的家庭能获得市3万日元的补助金