

## 確定申告はスマートフォンで

すでに85%以上の方が、確定申告会場に来場せずに確定申告しています。自宅から申告できる便利な**スマホ申告**(e-Tax)をぜひご利用ください。

### スマホ申告(e-Tax)に必要なもの

- ▷ マイナンバーカード
- ▷ マイナンバーカード読取対応のスマホ
- ▷ マイナンバーカードのパスワード(2種類)
  - ① 利用者証明用電子証明書のパスワード  
(数字4桁)
  - ② 署名用電子証明書のパスワード  
(英数字6～16文字)

スマホ申告(e-Tax)はこちら



◎マイナポータル連携で控除証明書等のデータが自動入力できます



関府中税務署 (☎45-2587)

## 窓口での健康保険の資格情報確認方法変更

健康保険証がマイナ保険証に移行されたことに伴い、窓口での健康保険の資格情報の確認方法も以下のいずれかで行っています。

- ▷ 「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」
- ▷ 被保険者証(経過措置期間中で有効な場合に限る)
- ▷ マイナポータル画面
- ▷ マイナンバー情報照会

### 健康保険の資格情報の確認を行う制度

重度心身障害者医療、精神障害者医療、ひとり親家庭等医療、こども医療、未熟児養育医療、介護保険要介護・要支援認定  
※詳しくは利用する制度の担当窓口へお問い合わせください。



## 元気な活動をご紹介します

# めざせ！元気なふちゅう

関介護保険課 (☎40-0223)

たくさんの笑顔であふれました！

## 元気もりもり体操交流会2024

ストレッチと筋トレを中心とした介護予防の体操「元気もりもり体操」を実践する交流会が11月13日に行われ、ジーベックホールと上下町民会館の2会場に約150人が訪れました。

元気もりもり体操の教室「元気もりもり教室」は市内各地域42カ所で行われており、医師から運動制限を受けていなければ誰でも参加することができます。

### 参加者インタビュー！



### 矢野元気もりもり教室 大好 郁文さん

体を動かして心も元気になったように感じます。普段の教室もとても楽しく参加していますよ。男女関係なく楽しめる、私の居場所となっています。



### あなたもぜひ

### 元気もりもり教室へ！

まずは介護保険課にお尋ねください！  
あなたにぴったりの教室を紹介します。