

健康だより

◇インフルエンザと風邪の違い

	インフルエンザ	かぜ（普通感冒）
流行シーズン	ある。11月から3月頃	ない。通年かかる
病気の経過は？	急激に進む	緩やかにすすむ
初期症状は？	悪寒、高熱など	くしゃみ、鼻水など
発熱は？	高熱（38度から39度）	微熱（37度から38度）
筋肉痛は？	強いことが多い	軽度
合併症は？	肺炎、気管支炎、中耳炎、脳症などをおこすことが多い	肺炎、気管支炎、中耳炎、脳症など。ただし少ない

体の免疫力アップが大事!!

食

- 栄養バランスの取れた食事
- アルコールは適量に

生活

- 適度な運動と十分な睡眠
- ストレス解消
- たばこを止める
- 外出後の手洗い・うがいの励行

生活

- 室温を20度前後にし、暖めすぎない
- 湿度を40～50%に保つよう加湿する

☆インフルエンザ予防接種

町では現在、原則65歳以上の方を対象としたインフルエンザ予防接種を実施しています。

【期 間】 12月31日（金）まで

【助成金額】 1人接種1回に限り2,000円の助成。※2回目の接種は自費
※60歳以上65歳未満の【心臓・腎臓・呼吸器系など】に重度の疾患がある方で接種を希望される場合は下記にお問い合わせください。

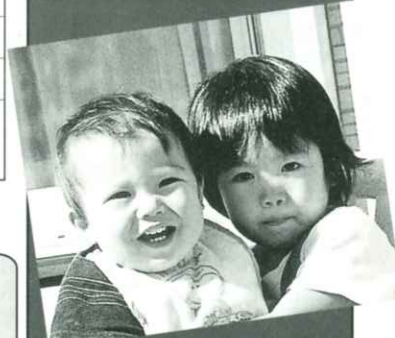
○お問い合わせ先 保健福祉課健康づくり係（☎53-1111 内線125）

1歳で～す

毎月1番に
生まれた赤ちゃん
まるめけいた

丸目啓太ちゃん

平成15年11月9日生



父 浩・母 則子さん
(ホーフタウン)

- 好きな食べ物
肉・野菜など何でも好きです。
- 両親から
兄弟と仲良く健康で元気な子に育って欲しい。
- 名前は
聡明で自分の未来を切り開いていって欲しいと願って。

給与所得者の年末調整

12月は、給与などに係る源泉所得税の年末調整の月です。
毎月の給与などから源泉徴収された所得税の1年間の合計額と、その年の給与総額に対する年税額とは一致しないのが普通です。

このため、源泉徴収税額の過不足分を精算する必要があります。この手続きを「年末調整」と呼んでいます。

大部分の給与所得者は、年末調整により、その年の納税を完了することになりますので、年末調整が正しく行われるためには、勤務先に扶養親族や保険料などの申告を正しく行うことが大切です。

○年の途中で結婚や就職、出産などにより扶養親族に異動があった方は、扶養控除申告書の変更が必要ですから注意してください。

○夫婦と税（パートと税）

①パート収入に対する税

パート収入は、給与所得となりますので、年収が103万までであれば所得税はかかりません。なお、外交員・集金人・検針員などの報酬や内職については、パート収入と異なる計算方法になりますのでご注意ください。

②配偶者控除と配偶者特別控除

夫に所得があり、妻にパート収入がある場合、夫は妻の収入に応じて次のとおり配偶者控除又は配偶者特別控除が受けられます。配偶者控除は、妻のパートの年収が103万円までであれば受けられます。配偶者特別控除は、妻の所得によって控除額が調整されますが、パートの年収が103万円を超え141万円未満であれば受けられます。ただし、夫の合計所得が1千万円を超える年には受けられません。

○お問い合わせ先

川内税務署

☎22830

鹿児島税務相談室

☎099-255-8118