



お知らせ

11月11日(木)から17日(水)は
「税を考える週間」です

●税に関する作文展

日時／①11月13日(金)～15日(日) 午前10時～午後8時 ②11月16日(月)～19日(木) 午前8時30分～午後5時30分

場所／①ショッピングセンターサンモール1階タワーコート ②市役所本庁1階ロビー

●税の無料相談

日時／11月14日(土) 午後1時～4時

場所／ショッピングセンターサンモール1階タワーコート

●記念講演

日時／11月5日(木) 午後2時～4時

場所／東総文化会館小ホール

内容／「大変！～しなやかに、ねばり強く～」講師：大武健一郎さん(元国税庁長官)

入場料／無料

問い合わせ先／銚子税務署総務課(☎0479-22-1571)

秋の火災予防運動

「消えるまで ゆっくり火の元にらめっ子」

11月9日(月)～15日(日)は、秋の火災予防運動です。これからは空気が乾燥し、火災の起きやすい季節となります。皆さん、暖房器具や火の取り扱いには十分注意しましょう。

11月9日(月)、朝7時に秋の火災予防運動の合図としてサイレンが鳴ります。火災ではありませんので注意してください。(旭市消防本部)

「こども急病電話相談」

夜間、子どもの具合が急に悪くなったときに、看護師や小児科医が電話で子どもの症状を聞いて、すぐに医療機関で受診した方が良いか、家で様子を見ても大丈夫か、などをアドバイスします。

相談電話番号／＃8000(局番なし)

※ただしダイヤル回線の人からは☎043-242-9939へ。

相談日時／毎日 午後7時～10時

平成21年分年末調整等説明会

日時／11月18日(水) 午後1時～3時30分

場所／東総文化会館小ホール

問い合わせ先／銚子税務署法人課税1部門源泉所得税担当(☎0479-22-1571)

市税の夜間納税窓口

日時／11月10日(火) 午後8時まで

場所／税務課、各支所税務課分室

問い合わせ先／税務課収税班(☎62-5322)

今月の納期

◆国民健康保険税 第6期

◆介護保険料 第6期

◆後期高齢者医療保険料 第5期

納期限は11月30日(月)です
国民年金保険料は毎月納付です

健康メモ

フッ素パワーで虫歯予防！

フッ素は虫歯予防に効果があると聞くけど・・・そんな疑問にお答えします。

【フッ素の3つのパワー】

フッ素は3つの働きで虫歯を予防します。

①歯の質を強くする。

②虫歯菌の働き(歯を溶かす酸を作る)を抑える。

③虫歯になりかけた歯の表面を元に戻す(ごく初期の虫歯に限る)。

【Q&A】

Q フッ素って安全？

A 適正量を守って使えば安全です。

Q 大人にも効果はあるの？

A 歯が生えたらばかりの子どものだけでなく、大人にも効果的です。

Q フッ素を塗ると、歯が黒くなる？

A 虫歯予防のフッ素は、塗っても黒くなりません。歯が黒くなるのは、虫歯の進行を止めるために使うサホライド(フッ化ジアンミン銀)という別の薬です。

【フッ素を利用しよう】

①フッ素入り歯磨き剤

家庭で、最も手軽にできます。

②フッ素歯面塗布

歯科医院で年2回以上、定期的に

フッ素を塗ってもらいます。

③フッ素でうがい

フッ素洗口液を口に含み、ブクブクうがいをします。歯科医師の指導のもとに、家庭でできます。

※②③については、かかりつけの歯科医によく相談してください。

《注意》

フッ素を利用しても、歯磨きをしなかったり、甘い物をだらだら食べたりしていたのでは、フッ素の効果は期待できません。フッ素パワーを発揮させるために、きちんとした食生活と毎日の歯磨きを欠かさず続けていきましょう。

「健康管理課歯科衛生士」

【歯周疾患(節目)検診実施中】

今年40、50、60、70歳になる人を対象に歯科検診を実施しています。

実施場所／市内指定歯科医院

実施期間／12月28日(月)まで

検診内容／歯周病・虫歯などの診査・歯磨き指導

費用／無料

申し込み先／飯岡保健センター

窓口または、電話(☎57-3113)で申し込んでください。