各種教室、検診等のお知らせ

申込み・問合せ先　市民保健課健康づくり係（東本郷庁舎窓口⑤）☎㉒２２１７

大腸がん検診※事前予約制

○対象　40歳以上の市民の方
（昭和61年4月1日以前生まれの方）
※特定健診、後期高齢者健診にて受診済みの方は除く。
○費用　３００円
※次のいずれかに該当する方は無料になります。
・70歳以上の方
・65～69歳で後期高齢者医療制度加入の方
・下田市検診等微収金免除証明書をお持ちの方
（生活保護世帯・非課税世帯）

実施日	受付時間	受付場所
2/12※（木）	9：30～10：00	須原区民会館
	10：30～11：00	基幹集落センター
	13：30～14：00	白浜そりだ
2/13※（金）	10：00～10：30	須崎漁民会館
	11：00～11：30	柿崎公民館
	14：00～14：30	伊豆ライフサポートクリニック駐車場
2/14（土）	10：00～11：00	東本郷庁舎西館入口
2/16※（月）	9：30～10：00	朝日公民館
	10：30～11：00	大賀茂公会堂
	13：30～14：00	稲生沢公民館

※午前中（12時まで）に市民保健課健康づくり係でも受け付け可。

皆で楽しく！いきいき健幸体操※事前予約制

○日時　2月25日（水）　13時30分～15時
（受付13時15分～）
○会場　市民文化会館小ホール
○対象　40歳以上の市民
○定員　30名※定員に達し次第、締め切り。
○費用　無料
○講師　山田　明美　先生
（マスター上級介護予防運動スペシャリスト）
※服　　装：動きやすい服装
※持 ち 物：飲み物、タオル等
※先着順にて1月13日より受付開始

前立腺がん検診のお知らせ※事前予約制

前立腺がん検査は、血液検査によりPSAという前立腺に特異的なたんぱく質の値を調べる検査です。前立腺がんを早期発見するため、最も有用な検査です。

かつて日本では、前立腺がんはあまり多くみられるものではありませんでしたが、近年では増加傾向にあり、特に50歳頃から多くなる傾向にあります。なお、検査は、問診票での聞き取りと採血のみです。

○対象　50歳以上74歳までの男性
（年齢基準日…令和８年４月１日）
○会場　東本郷庁舎別館健診室
○日時　２月９日（月）・10日（火）
・午前の部　９時30分～11時
・午後の部　13時30分～15時
※10分ごとに５名の予約制
○費用　４００円

肝炎ウイルス検査（Ｂ型／Ｃ型）※事前予約制

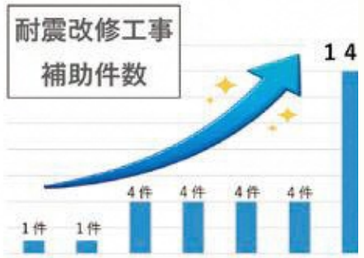
○対象　40歳以上の市民の方
（年齢基準日…令和８年４月１日）
※肝炎ウイルス検査を過去に受けていない方
○会場　東本郷庁舎別館健診室
○日時　２月９日（月）・10日（火）
・午前の部　９時30分～11時
・午後の部　13時30分～15時
※10分ごとに５名の予約制
○費用　費用　７００円※次に該当する方は無料
・40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳の方
・70歳以上の方
・65～69歳で後期高齢者医療制度加入の方
・下田市検診等微収金免除証明書をお持ちの方
（生活保護世帯・非課税世帯）

木造住宅の耐震化、済んでいますか？（無料診断残りわずか！）

今年度の耐震改修工事補助件数は、低コスト工法の普及等により、過去最多の14件となりました。経済的負担や日常生活の影響も少なく、やって良かったとの声をいただいています。

希望される方は、左記までお問合せください。

問合せ先
建設課都市住宅係
（河内庁舎3階）☎㉒２２１９



認知症カフェｉｎ河内庁舎

日時　2月6日（金）13時30分～15時30分（途中退室可）
場所　河内庁舎1階多目的室
対象　認知症のご本人及びご家族など下田市民ならどなたでも
内容　歯科衛生士による『噛むことで認知症予防』講話、認知症疾患医療センター職員による個別相談、脳トレ体験
費用　無料
申込期限　1月27日（火）
申込・問合せ先
地域包括支援センター
（東本郷庁舎窓口④）☎㊱４１４６
※匿名で年齢と地区のみの申込み可

家族介護者支援のための講座 ～プロに学ぶ排泄介助の基本～ 受講者募集

日時　1月21日（水）14時～16時
会場　介護老人福祉施設みくらの里　地域交流ホール
対象　市内在住で介護している方、介護に関心のある方
講師　小規模多機能型居宅介護みくらの里　介護福祉士
費用　無料
申込期限　1月19日（月）
申込・問合せ先
地域包括支援センター
（東本郷庁舎窓口④）☎㊱４１４６

「納付額のお知らせ」について 大切なお知らせ

確定申告や住民税申告で使用する『社会保険料の納付額のお知らせ』は例年1月下旬に送付しておりますが、市のシステム変更のため、令和7年分から医療保険（国民健康保険と後期高齢者医療制度）分と介護保険分が別々に送付され、送付対象も変更されます。

問合せ先
税務課収納係
（東本郷庁舎窓口⑦）☎㉒２２１８
市民保健課介護保険係
（東本郷庁舎窓口④）☎㉒２０７７

変更前	・国民健康保険税（普通徴収※1、特別徴収※2） ・後期高齢者保険料（普通徴収、特別徴収） ・介護保険料（普通徴収、特別徴収） ※1　普通徴収：納付書、口座振替での納付分 ※2　特別徴収：年金から天引き納付分
変更後 ※2通に変更 R8.1送付分～	・国民健康保険税（普通徴収のみ）　① ・後期高齢者保険料（普通徴収のみ） ・介護保険料（普通徴収又は、併用徴収※3）　② ※3　併用徴収：年途中から、特別徴収から普通徴収もしくは、普通徴収から特別徴収となり納付された分

※特別徴収のみの方は①②とも送付されないため、特別徴収のある方は、年金事務所から発送される「源泉徴収票」で納付額をご確認ください。

市県民税申告について 大切なお知らせ

予約について
会場の混雑緩和のため、インターネット上のweb予約と電話予約を行います。予約が必要となりますので、申告相談を受ける場合は、事前の予約をお願いします。

①web予約
2月2日(月)～3月12日(木)
※希望日の4日前まで24時間予約が可能です。

②電話予約
2月2日(月)～3月12日(木)
受付時間
9時～17時(土日祝日を除く)
※希望日の4日前まで予約が可能です。

申告用紙について
申告用紙は、昨年申告された方、昨年中に転入された方へ1月下旬に郵送予定です。
市県民税の申告書は、ご自身で記入して郵送により市役所に提出することができます。

電子申告について
令和8年度分からeLTAXから「マイナンバー」を利用して市県民税に関する申告ができます。
詳しくは、下記二次元コードから、eLTAXホームページにてご確認ください。

R８市県民税申告 web予約受付（LoGoフォーム）

eLTAX　HP

申込・問合せ先
税務課市民税係
（東本郷庁舎窓口⑨）☎㉒２２１８

令和８年度（令和７年分）　市県民税申告相談日程	
期　　間	2月16日（月）～3月16日（月）※土日祝日を除く
受付時間	10：00～11：30、13：00～15：00 ※予約が必要となります。 事前にウェブ予約または電話予約をお願いします。
会　　場	河内庁舎1階　多目的室 ※東本郷庁舎では申告相談はできません。 また、所得税の確定申告の受付はできません。